بنت النيل
ابريل ١٩٥٣

المرأة وقضايا العرب

عدت من رحلتي الى سورية الشقيقة وقد امتلأ قلبى ايمانا بأن قضايا العرب قد أصبحت قضية واحدة ، وهى كل لا يتجزأ ، وأن مصير العرب رجالا ونساء رهين التضامن الوثيق بين البلاد العربية جميعا ٠

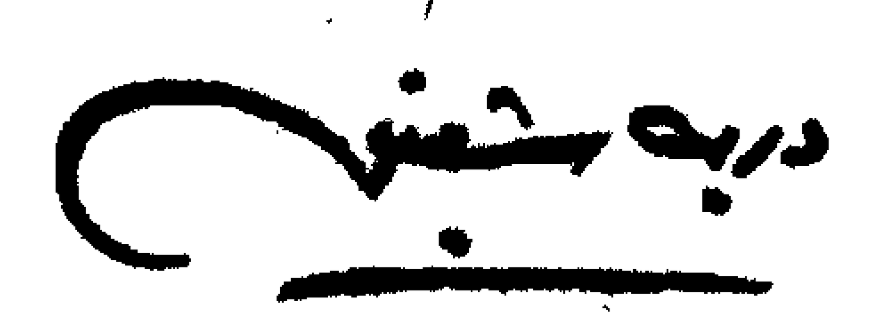
والقضية العربية قضية تحريرية ، أى تحرير الشعوب العربية من سلطان الخارج وأمراض الداخل ، هى قضية التخلص من الاستعمار أيا كان لونه أو طعمه ، والتخلص من الفقر والخوف والظلم فى الحياة العادية لسكان هذا الشطر من العالم ٠

فالحركة التحريرية التي ينادى بها زعماء العرب تسير فى الوقت نفسه مع الحركة النسائية فى هذا الشرق العتيـــد ، اذ لا يجوز أن نفرق بين الحركات التحريرية والحركات النسائية ، لان المرأة نصف المجتمع ، ولا تحرير لمجتمع اذا بقى نصفه اماء مشلولات ٠

وقد أسعدني أن وجدت فىزيارتى لبعض البلدان العربية أن المرأة فى ميدان التقدم تقف الى جانب الرجل حذوك الرأس بالرأس ، وأفعمت نفسى سرورا حين استمعت الى العقيد الشيشكلى وهو يقرر أنه لا نجاح لحركة قومية دون تعاون النساء فيها ، وقد ثبتت هذه الحقيقة لدى الزعيم الكبير منذ وقفت المرأة السورية الى جانب رجال سوريا فى ثورتهم ضد الاستعمار الفرنسى ٠

واذن فأن مصلحة سوريا ومصلحة البلاد العربية جميعا ، أن تأخذ المرأة مكانها الطبيعي الذى أخذته زميلاتها فى البلاد المتحضرة ، وانها حين تبلغ هذه المكانة سيكون ذلك ايذانا بالقضاء على جميع ألوان الاستعمار ٠

ولا بد أن تأخذ المرأة العربية بقدر ما أعطت ، وما أكثر ما أعطت دون أن تأخذ شيئا ، وليس من العدل أن يعطى نصف الامة دائما ، ويقف بعد ذلك محروما من حقوقه ، وخاصة فى عهد التحرير الذى شمل البلاد العربية جميعا ، وسوف يؤتى ثمرته المرجوة فى أقرب حين٠٠







مثل هذه السيدة

افهم أن تشغل سيدة من سيداتنا بالامور العامة ، فتقضي خارج البيت ساعات فى التمريض أو فى الشئون النسائية الاخرى التى تشغل بال الاتحادات النسائية المختلفة .

ولا أحب أن أعفى سيداتنا من اللوم الشديد ان جاء العمل العام على حساب زوجها واولادها ، أو على حساب بيتها ومطبخها ، أو على حساب صحتها ان كانت زوجا أم أما لولد

غير اننى لا أسيغ بل لا أطيق أن أجد بعض السيدات ، وهن من الزوجات أو الامهات يقضين وجه النهار خارج البيت يذرعن الشوارع بسياراتهن كأى شاب تالف فارغ العقل من الحياة .

لا افهم أن يكون شراء الزوجه مبررا لقضاء وقتها كله فى الشوارع والحوانيت ، وملاعب الرياضة وبيوت التجميل ودور السينما والملاهى الاخرى التى تليق بزيارتها أو لا تليق

ان الزوجة التى لا تعرف واجبها نحو بيتها ونحو أولادها، الا يجوز أن تراقب كما يراقب المتسكعون فى الشوارع والطرقات ؟ هل هناك فرق بين سيدة تافهة تذرع الشوارع وجه النهار وبين شاب لا يحسن فى الدنيا غير عرض شكله الجميل فى الطرقات ؟

ترى هل يمنع الثراء من محاسبة كل فارغة قلب ، وعقابها عند اللزوم حتى لا تكون أسوة سيئة للاسر والبيوت ؟



الزار عند المثقفات

يبدو أن الزار قد أصبح موضة عند سيداتنا المثقفات . فقد علمت أن سيدة معهن أقامت زارا دعت اليه نخبة من السيدات ، وأدهشنى أن يكون من شهوده بعض سيداتنا المثقفات اللائى تكتب لهن المجلات مقالات فى علاج حياتنا الاجتماعية من الموبقات ؟! .. وزاد دهشتى أن بعضهن ، من الكاتبات الحصيفات ، قد تبين أن العفاريت المثقفة انتزعتهن من كراسيهن ومضت بهن الى حلبة الزار ينافسن أقدر المتخصصات فى الحركات التى لا أبيح لنفسى وصفها على صفحات مجلة تقرأها جميع البيوتات ؟!!

ان الايمان بالعفاريت كالكفر بالله ، وما أظن ثورة ٢٣ يوليو تسمح بالحاد الملحدات ، ولو كن من المثقفات اللائى يكتبن للمرأة ويبصرنها بواجباتها فى العهد الجديد ..



فكرة سخيفة

من المؤلم فى عهد الثورة أن يبرز بعض التافهين يحدثوننا عن أوليات الاجتماع ، من المؤلم حقا أن نقرأ فى الصحف جدلا حول زواج المعلمات !! كأن زواج المعلمات حدث فى تاريخ العالم المتحضر أو كأن منعهن من الزواج من تعاليم العصر الجديد .

والله ، وأقصدها غير حانث ، ان هؤلاء التافهين دسيسة على حياتنا الجديدة ، وقد تكون تعاليمهم دسيسة مبيتة ، وقد نعدل معهم فنلقى خطأ تفكيرهم على رءوسهم الفارغة من معانى الحياة ...

هل يريدون للفتاة المعلمة أن تعيش عانسا ؟ واذا جاز أن يقبل المنطق هذا السخف ، هل يضمن المسئولون مغبة ذلك وبهاء الحياة وأجواء البيئة قد تفسد العابد ؟ واذا فسد العابد هل يؤخذ عنه العلم وتنقل عنه مكارم الاخلاق ؟!

ما أكثر الافكار السخيفة التى تنز عن عقول بعض الناس فى زمن ينبغى أن يذهب فيه الزبد جفاء ويبقى ما ينفع الناس فى الارض ...



هـذا الازعاج

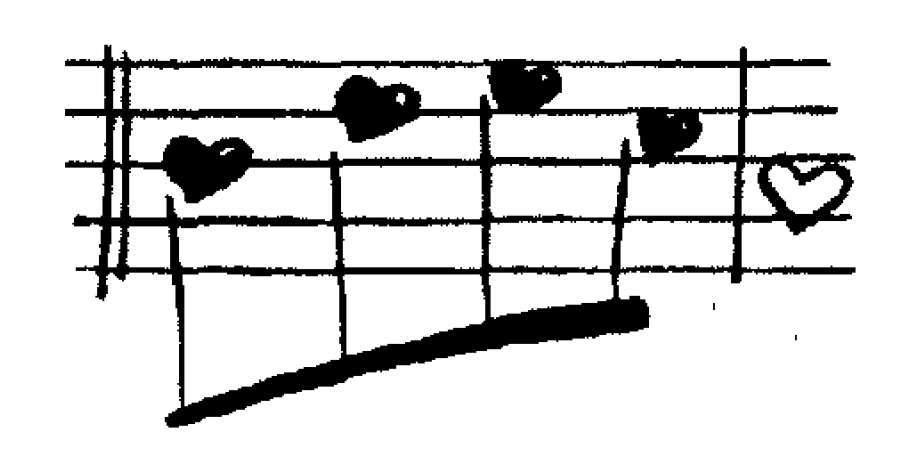
حرم المسئولون على سائقى السيارات أن يستعملوا آلات التنبيه في معظم شوارع القاهرة ، فقل الضجيج وهدأت أعصاب الناس ، غير أن هناك آلات تنبيه أخرى نسيها أصحاب الشأن ، تلك أصوات الراديو التى تصدر عن بعض الشقق أو القهوات فتزعج المقيمين فيها أو القريبين منها منذ أن تبزغ الشمس الى أن ينتصف الليل .

ثم ذلك التخت الموسيقى المتنقل فى الشوارع والميادين على كتف مهرج تخصص فى ازعاج الناس اذا ناموا فى الظهيرة بآلته الضخمة وصوته البغيض ، انه لا يزعج الناس فقط بل يمتهن مهنة التسول على قارعة الطريق تحت سمع الحكومة وبصرها ، متحديا التعليمات الجديدة بمحاربة التسول أيا كان نوعه أو لونه .

اننى أفضل آلات التنبيه تطلقها السيارات العامة والخاصة مقابل حظر أصوات الراديو ، وصوت المهرج بآلته الضخمة يتنقل بها من مكان الى مكان .

هذه الاذاعة

لا يمكن أن تفرض على المواطن المصرى أن يستمع الى أغان خاصة لا تفرغ منها الاذاعة الا لتعود اليها ، فنحن أولاد البلد أهل نكتة ونحب الى جانب الجد الذى نسمعه أن نستمع أيضا الى ملحة أو قصة فكاهية أو أغنية بلدية ، وهذا طبعنا وذوقنا لا يمكن أن يتبدل أو يغير في يوم واحد ، وقد يهذب هذا الطبع ويتحسن هذا الذوق بعد جيل أو جيلين من التثقيف العالى والتعليم الموجه المفيد .



ومن صالح الدولة أن تحبب الجيل فى اذاعتها حتى لا ينصرف الى محطات أخرى تروىعواطفه وقد تؤثر فى نفسيته تأثيرا لا نحبه ولا نرضاه ، وأكبر ظنى أن المسئولين فى الاذاعة قد بدءوا يقتنعون بوجهة النظر هذه ، فغيروا قليلا مما كان يشكو منه الناس ، فليت كلمات الحب والحنان والعطف وما اليها كلمات تجافى طبيعة العصر الذى نعيش فيه والنهضة التى تشملنا ، بل انها معان دعت اليها الاديان قبل أن يؤمن بها الانسان .

نشاط بنت النيل في لبنان وسوريا

تكلمنا في العدد الماضي عن النشاط الذي قامت به الدكتورة درية شفيق رئيسة اتحاد بنت النيل في الاقاليم ذلك النشاط الذي بدأ برحلتها الى الصعيد ثم الى الوجه البحري . وفي هذا العدد سنتكلم أو سندع الدكتورة درية نفسها تتكلم عن فصل جديد من فصول نشاطها في لبنان وسوريا ، فان رحلتي الصعيد والوجه البحري لم تكادا تنتهيان حتي وجهت الحكومة السورية الدعوة الى رئيسة اتحاد بنت النيل لالقاء عدة محاضرات عن أثر الحركات النسائية في تطور الشرق العربي . وقد قبلت الدكتورة درية الدعوة واستقلت الطائرة الى بيروت في يوم ١١ مارس المنصرم .

سألنا الدكتورة درية شفيق :

ـ ما هو الاثر الذي تركته المرأة اللبنانية في نفسك ؟

ـ ان المرأة اللبنانية تسهم اليوم مساهمة فعالة في رقي المجتمع .. ولعل السبب في ذلك يرجع الى ان اللبنانيات قد نلن كل حقوقهن وأصبحن على قدم المساواة مع الرجال يعملن معهم جنبا الى جنب لغاية واحدة هي انهاض لبنان الشقيق .

وسألناها ثانية :

ـ هل اجتمعت بزعيمات الحركة النسائية في لبنان؟

قالت :

ـ بالطبع . فقد قابلت لدى وصولي بيروت السيدة ابتهاج قدوره رئيسة الاتحاد العربي النسائي العام ومعها رئيسة الاتحاد النسائي بسورية السيدة خالده الجزائري وغيرهما ممن أعرفهن معرفة سابقة مثل الدكتورة زاهية قدوره رئيسة اتحاد الجامعيات بلبنان . هذا وقد أقامت السيدة ابتهاج حفلة استقبال بمناسبة وصولي بقصد تبادل



محاضرة حلب



في ضيافة هيئة التحرير بحلب

في دار الايتام بحلب

الاراء مع زميلاتي اللبنانيات

واستطردت الدكتورة قائلة :

ـ لقد كانت رحله ممتعة حقا ! فبعد بيروت ذهبت الى حلب بدعوة من الاديب السورى الكبير الاستاذ سامي الكيالى الذى استطاع أن ينظم لى برنامجا ضخما زرت فيه كثيرا من المؤسسات الخيرية والرسمية ٠ والحق انى استطعت أن أرى حلب على حقيقتها وهى من أكبر مدن سوريا ٠

وقطعنا الحديث بسؤال جديد وجدنا انه من المناسب الحصول على رد سريع له :

ـ وهل يتعاون الرجل السورى مع المرأة السورية ويعضدها فى المطالب بحقوقها السياسية ؟

فأجابت :

ـ نعم، لقد عرفت محافظ حلب ورئيس بلديتها وعرفت غيرهما فوجدتهم من ذوى التفكير الحر يتمتعون بروح تحريرية ومنطلقة وكان الكل يدعم الحركة النسائية لاعتقادهم أن أى عمل لا تؤازر المرأة فيه الرجل يبقى عملا مبتورا ٠

وطلبنا من الدكتورة أن تحدثنا عن بعض مشاهداتها فى حلب ٠ فقالت :

ـ لقد زرت مقر هيئة التحرير بحلب ووجدت ان الفكرة التى انبثقت فى مصر قد انتقلت وازدهرت فى سورية ٠ بشكل يدعو الى الفخار ٠ وقد أقامت الهيئة حفلة حضرها رئيسها والمحافظ ومدير البلدية ٠

وكذلك زرت دار اليتيمات تلك الدار التى تضم مجموعة من الزهرات الصغيرة التى هاجمها القدر ووجدت عناية فائقة ونظام مدهشا يضارع بل يفوق ما هو موجود لدينا فى مصر ٠

ومن ضمن الاماكن التى زرتها دار الاتحاد النسائى بحلب وقد سعدت فيه بلقيا مجموعة من السيدات الفضليات اللائى يحق لسوريا أن تفخر بهن ٠ ولا أنسى ان أذكر فى هذا المقام تلك الدعوة التى وجهتها الى الانسة عاطفه الجابرى خريجة الجامعة الامريكية وسكرتيرة الجمعية الخيرية النسائية فقد أقامت فى منزلها الانيق حفل شاى رائع ضم أرقى سيدات حلب وزميلاتها فى الجمعيه ٠

في ضيافة الاتحاد النسائي

وسألنا الدكتورة بعد ذلك :

ـ ألم يسترع نظرك شيء تمنيت لو حذت حذوه مصر؟

ـ نعم ٠ استرعى نظرى ذلك المستشفى المجانى الذى انشأته سيدات حلب والذى تقوم الانسة عاطفه الجابرى بسكرتيريته ٠

يستقبل هذا المستشفى الحوامل قبل الوضع ويعتنى بهن حتى يتم وضعهن ويرشدهن الى أقوم السبل للعناية بصحتهن وصحة أطفالهن ٠٠ كل ذلك مجانا دون مقابل ٠ كما استرعى نظرى ذلك المشروع الذى تشرف عليه السيدة حرم المرحوم جورج سالم وهو عبارة عن مدرسة للصنائع والفنون تضم اليوم ١٢٥ تلميذا فقيرا يتعلمون مختلف الصناعات الميكانيكية والنجارة والطباعة والتجليد والخياطه وصنع الاحذية وهم يتلقون العلم بدون أجر ٠ اننا فى حاجه الى مثل هذه المدارس التدريبية للرجال والنساء ويمكن لكل بلد أن ينشىء واحدة منها لو تضافر أهلها وصمموا على العمل المفيد ٠

وسألنا الدكتورة سؤالا أخيرا :

ـ هل كان فى برنامج رحلتك زيارة دمشق ؟

فأجابت :

ـ لقد زرت دمشق بالطبع اذ كيف أكون فى سورية دون أن أمر على عاصمتها ٠

وقد قابلت العقيد أديب الشيشكلى رئيس الاركان العامة وتحادثت معه بصدد حقوق المرأة السورية واستطعت أن أحصل منه على تصريح بأن المرأة السورية سوف تمنح حقوقها السياسية حالما تعود الحياة الدستورية سيرتها الاولى فى سورية ٠

هذا وقد أقامت السيدة حرم العقيد حفلة كبيرة بمناسبة زيارتي لسوريا فى نادى الشرق حضرتها أغلب سيدات المجتمع الدمشقى ويمكننى أن أقول دون فخر انها الحفلة الاولى الرسمية التى تقيمها السيدة حرم العقيد الشيشكلى ٠

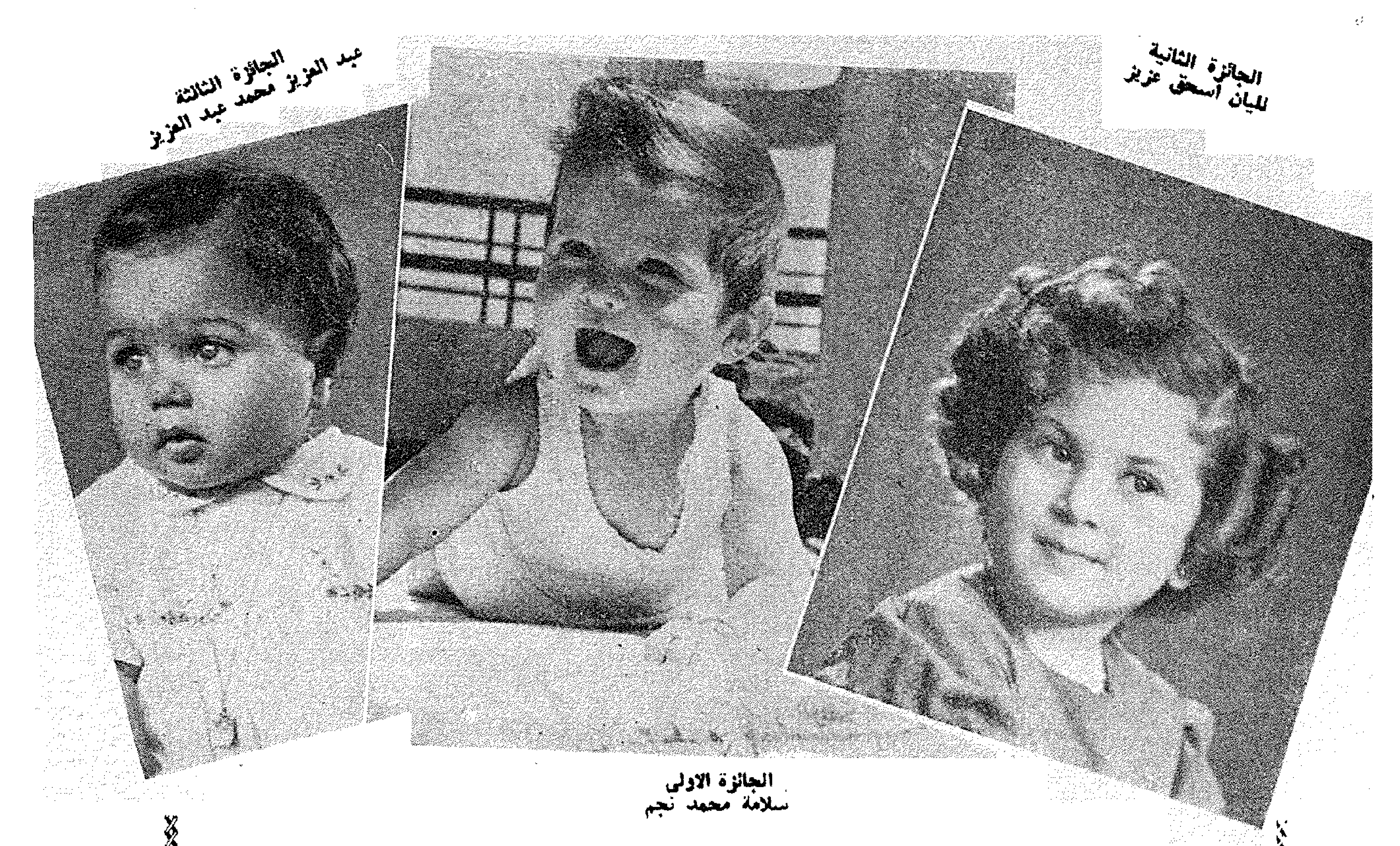
السيد عبد العزيز خميس



السيدة ماتيلد سالم



الانسة عاطفة الجابرى



الجائزة الاولى
سلامة محمد نجم

نتيجة مسابقة أصح طفل

كان الاقبال على هذه المسابقة كبيرا مما اضطرنا الى تأجيل اعلان النتيجة أكثر من مرة. وقد أرسل الينا القراء عددا كثيرا من الكوبونات اقتضى فرزها اسبوعا كاملا ، مما دعا أسرة المجلة جميعها الى الاشتراك فى فرز الاصوات .

الجائزة الاولى

وقد حصل الطفل **سلامه محمد نجم** وعمره سنة واحدة والمقيم بشارع العرين رقم ٦ بمصر الجديدة على ٤٢٥٣ صوتا ففاز بالجائزة الاولى وهى عبارة عن **فستان مقدم من الخياط الشهير الاستاذ بيير كلوفاس** بمصر وقيمته خمسون جنيها مصريا يمنح لوالدته كما فاز الطفل نفسه **بكسوة مقدمة من محلات تريدكو الكبرى** قيمتها عشرون جنيها مصريا .

الجائزة الثانية

وكانت الجائزة الثانية من نصيب الطفلة **لليان اسحق عزيز** ، وعمرها ٣ سنوات والمقيمة بشارع جزيرة بدران رقم ٧٧ بشبرا، وقد حصلت على ٣٣١٤ صوتا وهى عبارة عن **كسوة مقدمة من محلات تريدكو الكبرى** وقيمتها عشرة جنيهات مصرية .

الجائزة الثالثة

وحصل الطفل **عبد العزيز محمد عبد العزيز** وعمره سنة و٤ شهور والمقيم بشارع المشرق رقم ٥ ببور سعيد على ٢٩١٧ صوتا ففاز بالجائزة الثالثة وهى عبارة عن لعبة **مقدمة من محلات جاتينيو الكبرى** قيمتها خمسة جنيهات مصرية .

الجوائز الاخرى

كما فاز كل طفل اشترك فى هذه المسابقة بعلبة بودرة تلك **«بوريال» مقدمة من حضرة جورج سبانوس الوكيل العام بمصر .**

تسليم الجوائز

والدكتورة درية شفيق صاحبة ورئيسة تحرير مجلة بنت النيل ترجو حضرات أولياء أمور الاطفال الفائزين بالجوائز الثلاثة أن يتفضلوا بالحضور لمقابلتها يوم الخميس الموافق ٩ أبريل سنة ١٩٥٣ الساعة العاشرة صباحا بادارة المجلة بشارع قصر النيل رقم٤٨ بالقاهرة لاستلام الجوائز.

والمرجو من حضرات أولياء أمور الاطفال الذين اشتركوا فى هذه المسابقة أن يتفضلوا بالحضور الى ادارة المجلة ابتداء من يوم الخميس ٩ ابريل سنة ١٩٥٣ لاستلام علبة بودرة تلك « بوريال » الخاصة بكل منهم .

عطية الفلكي، تنجح في الانتخابات

وتفوز بجائزة بنت النيل



ذهبنا الى الجامعة الامريكية صباح يوم ٢٠ مارس الماضي لنشاهد حفلا ما كنا نعتقد أنه سيؤثر في نفوسنا التأثير الذى أحدثه . ذهبنا الى هناك وفي اعتقادنا اننا سنرى « بدعة أمريكية » من البدع التى طالما سمعنا بها ... ولكن الذى حدث بالفعل هو اننا رأينا « بدعة » جميلة بالفعل جعلتنا نتذكر الايام التى أمضيناها بين أسوار جامعة القاهرة ونتذكر الروح الجامعية التى كنا نطالب بها

دخلنا القاعة ايوارت التذكارية فوجدناها مزدحمة بالطلبة والطالبات جنبا الى جنب . ووجدنا الكل فى مرح وصخب . ولما جلسنا فى المقاعد المخصصة للصحافة فى مقدمة القاعة فوجئنا بصوت البيانو «الشخاشيخ» الامريكاني وهي ترتفع بالانغام الخفيفة مصحوبة بتصفيق الطلبة والطالبات ودق أرجلهم على الارض .

وبعد ذلك رفعت الستار وكشفت عن المسرح وفى وسطه عرش مذهب أعد لتجلس عليه الفائزة فى الانتخابات : انتخابات « آنسة الجامعة الامريكية لعام سنة ١٩٥٣ » .

وعلى جانبى العرش : من اليمين جلس الدكتور عبد الوهاب مورو مدير جامعة القاهرة ومندوب الرئيس محمد نجيب وبجواره عميد الجامعة الامريكية وأحد أساتذتها . وفى اليسار جلست الدكتورة درية شفيق والدكتورة وداد كبيب ورئيس تحرير مجلة الجامعة .

وتقدمت الفائزة بعد أن جلست على عرشها وألقت كلمة حيت فيها زميلاتها وقالت ان من بينهن من هو أحق بلقبها .

ثم قامت الدكتورة درية شفيق رئيسة اتحاد بنت النيل ووضعت الوشاح على صدر الانسة عطيه وتلاها الدكتور مورو فقام بتتويجها

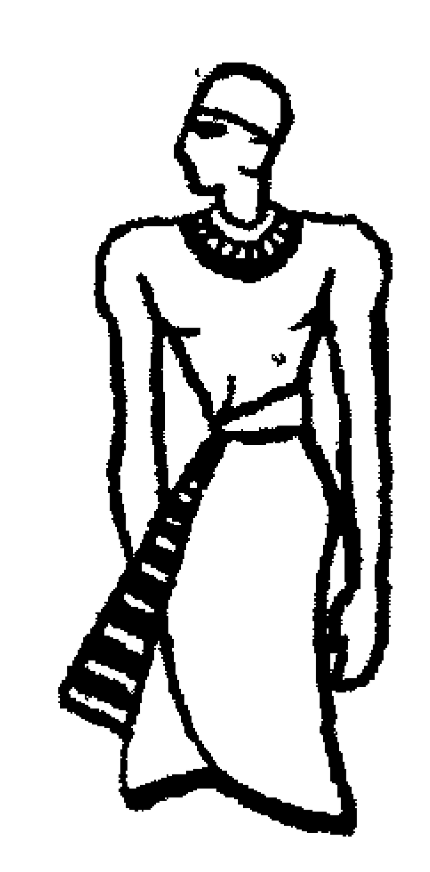
وهنا ألقت الدكتورة درية شفيق كلمة حيت فيها الروح الجامعيه التى أحست بها دافقة ونوهت باشتراك الطالبات فى الانتخابات لاول مرة في تاريخ انتخابات الجامعة . وقالت ان هذه بادرة فوز وفاتحة خير فى العهد الجديد الذى سيمنح المرأة كل حقوقها .

ومما هو جدير بالذكر فيما يختص بهذه الانتخابات ان ٨٥ ٠/٠ من الطلبة اشتركوا فيها وهى أكبر نسبة طلبه اشتركت فى الانتخابات فى الجامعة حتى الان . كذلك بلغت نسبة الطالبات المشتركات ٧٧ ٠/٠ وبذلك تكون النسبة العامة ٨١ ٠/٠ .

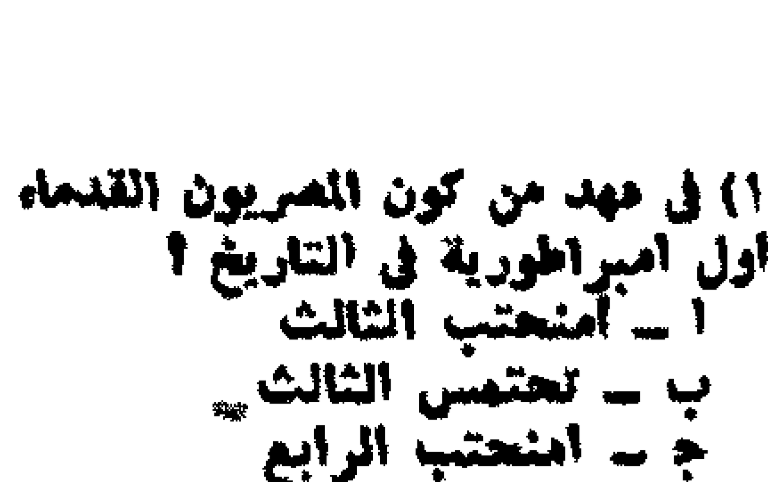
وأخذت آنسة الجامعة الامريكية تتلقى بعد ذلك الهدايا من أساتذتها وزملائها **وكان من بينها تذكرة سفر الى لبنان على خطوط شركة مصر للطيران مقدمة من مجلة بنت النيل .**

امتحن معلوماتك التاريخية









١) فى عهد من كون المصريون القدماء اول امبراطورية فى التاريخ ؟
ا ــ امنحتب الثالث
ب ــ تحتمس الثالث
جـ ــ امنحتب الرابع

٢) من هو الفرعونى المصرى الذى حاول التوحيد بين مصر وجيرانها ؟
ا ــ اخناتون
ب ــ رمسيس الثانى
جـ ــ زوسر

٣) ما اسم عاصـــمة الاسكندر المقدونى التى مات بها ؟
ا ــ قرقميش
ب ــ قادش
جـ ــ بابل

دعى التردد ..!!



ان التردد آفه من أكبر الافات الاجتماعيه .. وانى لاعتقد ان أكبر المجهودات يجب أن تبذل لخلق جيل لا يعرف التردد ويجيد الاقدام على الحياة ومجابهتها وجهـا لوجه .

لاحظى معى هذا الانسان المريض بداء التردد وهـو يحاول عبور الشارع . لا ريب فى أنه يقول لنفسه وهو يقـدم رجلا ويؤخر أخرى .. هل أعبر الطريق الان أم أنتظر حتى يمر الترام ؟ ان التردد يكاد يقتله .

ولاحظى معى مرة أخرى هده السيدة الانيقة فى هذا المحل الكبير من محـلات الاحذية . لقد أسالت عرق البائع . لقد أحضر لها مـا ينوف على العشرة أحذية دون ان تستقر على واحـد منها .

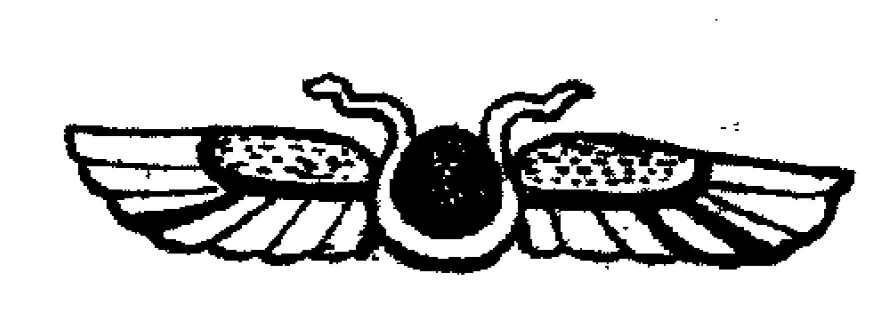
ان داء التردد يـلازم المصاب به لا فى خارج المنزل فقط ولكن فى داخله أيضا. ما من مرة يحتاج فيها الامر الى اتخاذ قرار حاسـم الا والوقت يضيع دون جدوى فى تفكير لا طائل منه وفى ذبذبة بين هذا الرأى وتلك الفكرة .

ان الحياة ياسيدتى أقصر من أن تحتمل اضاعة الوقت فى التردد . اذا شعرت بنفسك وقد اقتنعت بأمر ما، تقدمى وواجهى الموقف بحزم وقومى بما يرضى عقلك وضميرك. قد تكون النتيجة حسنه وقد تكون سيئة . ولكن الحقيقة التى يجب أن تعرفيها هى ان التردد ما كان يفيد وما كان يؤثر أدنى تأثير فى هذه النتيجة .

ومن الدوافع التى تدفع الانسـان الى التـردد الخوف من الوقـوع فى الاخطاء . وهذا كلام معقول ولكن يجب علينا أن لا ننسى اننا كلنا معرضـون للوقوع فى الاخطاء . وما من انسان الا واخطأ . والخطأ هو الذى يعلم الانسان ويزوده بالتجارب .

كونى ايجابية على الدوام وتفاعلى مع الاحداث المحيطة بك .. ولا تدعى فرصة قد تأتيك منها الفائدة تمر دون أن تحاولى اقتناصها .

جاءتنى صديقة ذات يوم تقـول اننى أود أن أقص شعرى ولكنى أخاف فاننى لا أعرف كيف سأبدو بعد عملية القص . فقلت لها جربى الامر لانك لن تعرفى





٤) ما اسم الاسرة التي خلفت الاسكندر فى حكم مصر ؟

أ ـ السلوقيون

ب ـ البطالمة

جـ ـ الأنتيجونيون

٥) ماذا كانت نظرة الاغريق والرومان لمصر وهى تحت حكمهم ؟

أ ـ وطن ثان

ب ـ مهجر

جـ ـ ضيعة

(الاجابة صفحة ٥٦)

...وأقدمي على الحياة

الحقيقة الا بعد التجربه . قد لا يتناسب شكلك مع قص الشعر ، وفى نفس الوقت قد يزداد جمالك وتظهر شخصيتك متألقة أكثر وأكثر .

لا تخافى التجربة أبدا .. ولا تضيعى عمرك بينما في يدك الاستمتاع بكل دقيقة فيه .. انني أعرف اناسا يرتكبون هذا الحمق الاكبر ـ اضاعة العمر ـ دون أن يحسوا بما يفعلون . يمر عليهم العام تلو العام وهم يمضون اجازاتهم فى نفس المصيف . وتمر عليهم السنة تلو السنة دون تغيير لترتيب أثاث بيوتهم أو دون تغيير لتسريحة شعر أعجبوا بها في يوم من الايام . لقد وضعوا لانفسهم أنظمة معينة وادخلوا في حياتهم قيما معينة . ولابد وانهم قد أحسوا بحاجتهم للتغيير والتبديل فالانسان بطبيعته قد خلق مرنا محبا للحركة ولكن التردد يتدخل فيفسد عليهم كل شيء .

لا تستمعى الى هؤلاء الذين ينصحونك بعد فعل الشيء والوقوع فى الخطأ . ان كل انسان بامكانه اظهار عقله وحكمته بعد ظهور الخطأ . تذكرى في مثل هذه الاوقات انك أقدمت على ما أقدمت عليه وانت مقتنعة بأنه الصواب وانه في ذلك الوقت لم يكن فى الامكان أحسن مما كان .

ان التردد يتطور مع المرء فيصبح عادة .. عادة خطرة تدور بأفكاره ما تدور ثم تعود من حيث بدأت الدورة

اعلمي ياسيدتي انك ان أردت تحقيق حياتك فلابد لك من أن تدعي التردد جانبا وأن تقدمي على كل مايجابهك بشجاعة لا تخافى ففى الخطأ تجربة وفى التجربة فائدة .

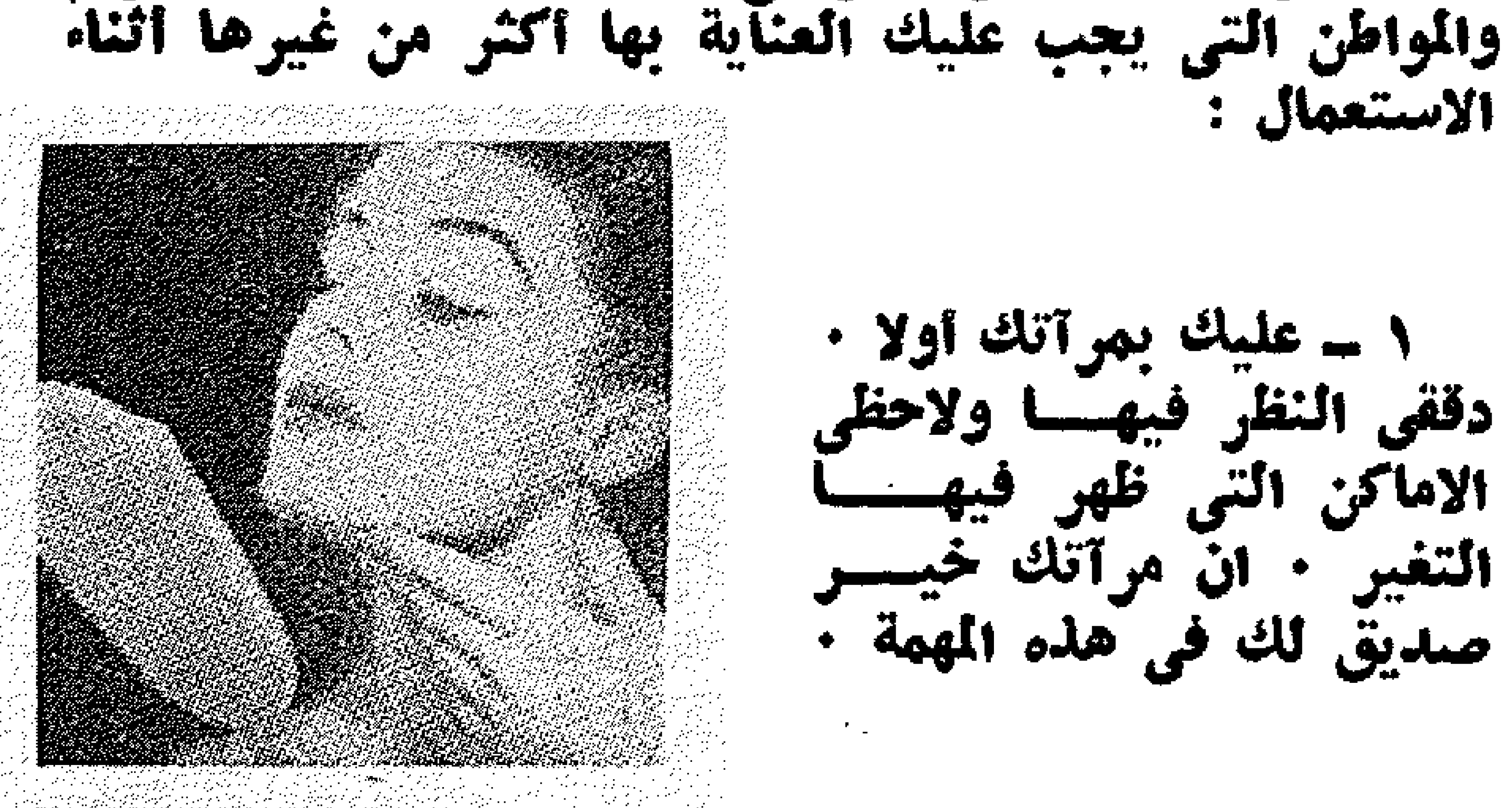
وقد يقول قائل انني أدعو كل شخصه الى تنفيذ أفكارها الخاصة دون استشارة أحد ودون ترو .. فليعلم هؤلاء القائلون انني لا أوجه كلامي الى كل انسانه ولكنني أوجهه الى فئة خاصة هى فئة المترددات الحائرات اللائى أشبههن بالراقصات على السلالم : فئة المترددات اللائى تتأرجح بهن الحياة وتضربهن الضربة تلو الضربة فما تكاد الواحدة تفيق من صدمة حتى تتلقفها الاخرى .

اننا نربأ بأي سيدة أن تكون هكذا ولكننا نؤدى واجبنا ونوجه الكلام الى المصابات بداء التردد الوبيل .

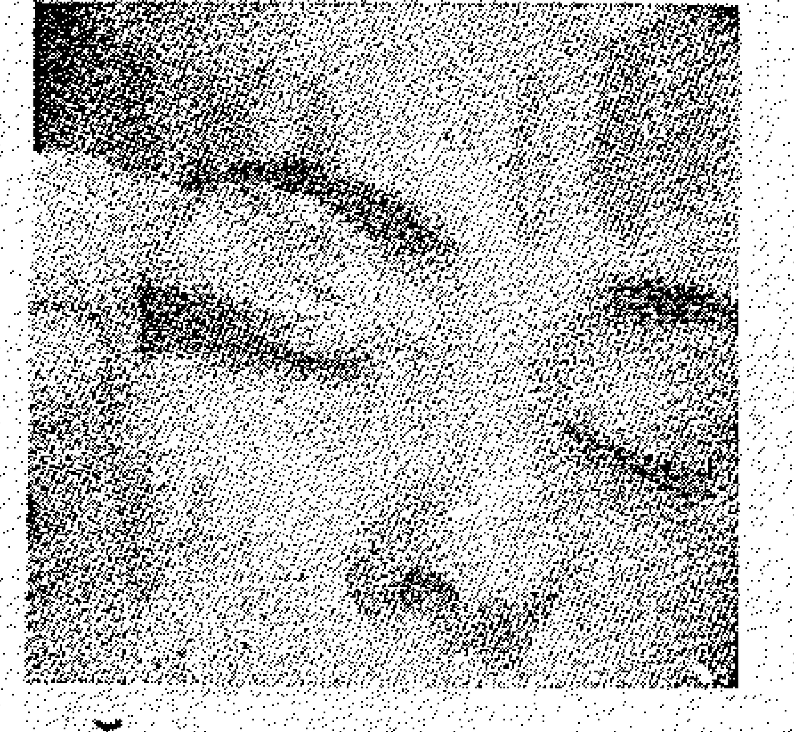
هل بلغت الخامسة والعشرين ؟

اذا كنت قد بلغت سن الخامسة والعشرين فعليك بملاحظة بشرتك يا سيدتى فى هذه السن تبدأ البشرة فى الجفاف ، وذلك لان الافرازات الدهنية الخاصة التى تجعل البشرة ناعمة طبيعية تبدأ فى عدم الانتظام والقلة . انت فى حاجة الى بديل يحل محل هذه الافرازات حتى يتألق جمالك وحتى لا يلحظ الناس التغيير الذى طرأ عليك . ان أحسن ما يعالج هذه الحالة هو أنواع الكريم التى تدخل مادة اللانولين في تركيبها .

والصورة المنشورة توضح لك كيفية استعمال الكريم والمواطن التى يجب عليك العناية بها أكثر من غيرها أثناء الاستعمال :



١ ـ عليك بمرآتك أولا . دققى النظر فيها ولاحظى الاماكن التى ظهر فيها التغير . ان مرآتك خير صديق لك فى هذه المهمة .



٢ ـ ان الجفن أو المنطقة التى بين رموش العين والحاجب من أهم المناطق التى تحتاج للعناية . دلكيها جيدا بالكريم ولا تهملى من أمرها .



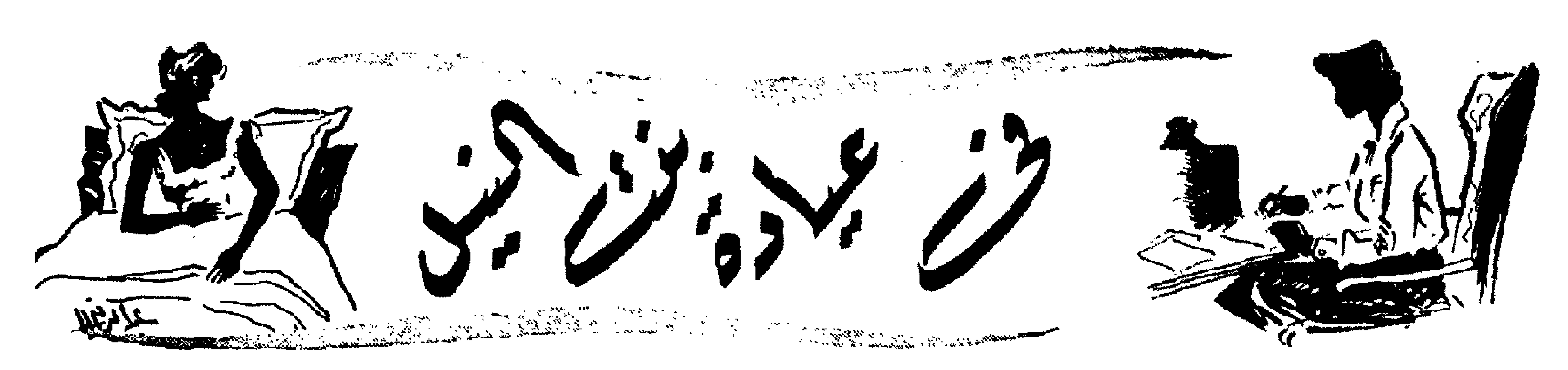
٣ ـ وبعد ذلك انتقلى الى المناطق التى تقع اسفل شفتيك وحول ذقنك . انها قابلة للجفاف وظهور التجاعيد .



٤ ـ اما جبهتك فهى من اظهر الاماكن ولذا عليك ان تدلكيها بدقة وعناية .



٥ ـ واخيرا لا تنسى جانبى انفك وما حولهما .. انها منطقة حساسة جدا يجب رعايتها والاهتمام بها .



تدميع العين

للدكتور على وهبى
اخصائى أمراض العيون

تفرز الدموع من غدة رئيسية موجودة بين مقلة العين وعظام الجمجمة من الناحية الخارجية من العين ومن غدد ثانوية صغيرة الحجم منتشرة من أماكن متعددة بملتحمة العين ٠

للدموع فوائد كثيرة فهى تحمى سطح القرنية من الجفاف وتغسل العين من الاتربة وغيرها من المواد الغريبة التى تدخلها ٠ وتحتوى الدموع على خميرة خاصة قاتلة للميكروبات ــ واذا ادمعت العين كثيرا قلت نسبة هذه المادة من الدموع ولذلك كانت العين التى تدمع أضعف مقاومة للامراض من العين السليمة وهذا يفسر حدوث بعض الالتهابات التى تصيب الملتحمة بعد البكاء الكثير وفى الاحوال الطبيعية تفرز الدموع بكمية كافية لحماية العين على أن تتبخر من الملتحمة أو فى التجويف الانفى « لان مجرى الدموع يصل العين بالتجويف الانفى » عند مقابلة الهواء الساخن الخارج من الرقبة من حركة الزفير وعليه فالشخص الطبيب قد لا يعرف ان عينيه تفرزان الدموع بصفة مستمرة ٠ ولكن الحالات المرضية تظهر بشكل واضح فتسيل على الوجه ومن الانف والتدميع يحدث نتيجة زيادة افراز الدموع أو نتيجة انسداد فى الجهاز الدمعى يخنقها من المرور فى طريقها الطبيعى



اسباب زيادة افراز الدموع

١ ــ حالات التهيج النفسانى ثم البكاء أو الضحك ويحدث ذلك نتيجة تنبيه الغدة الدمعية بواسطة الجهاز العصبى

٢ ــ التهابات الملحمة مثل الرمد بأنواعه والتهابات القرنية ٠ وللدموع فائدة عظيمة فى مثل هذه الحالات حيث انها وسيلة لمقاومة الميكروبات فى بادىء الامر ولكن اذا استمرت ضعفت قيمة مقاومتها للميكروبات نتيجة قلة الخميرة الخاصة بها لمقاومة الميكروبات كما ذكر سابقا ٠

٣ ــ دخول مادة كاوية أو مهيجة للعين سواء كانت سائلا أو غازا وهذه نعمة من الله للمحافظة على العين حيث ان هذه الدموع تخفف المادة الكاوية فتقلل ضررها لانسجة العين ٠

٤ ــ دخول جسم غريب بالعين سواء كان بالملتحمة بالقرنية أو وجود رمش نابت فى غير موضعه الطبيعى وهذا الاخير يمس مرض الشعرة والافراز هنا نتيجة تهيج العين والدموع فى هذه الحالة دليل على وجود مرض بالعين يستدعى فحصها للبحث عنه ٠

أسباب انسداد مجرى الدموع

كثيرة ولكنى سأقتصر على المهم منها

١ ــ انعدام تكوين فتحة قناة الدموع ولكن ذلك قليل الحدوث لحسن الحظ ٠

٢ ــ عدم تجويف القناة الدمعية الانفية « أى تكون هذه القناة مسدودة من وقت الولادة » وهذا غالبا ما يكون سببا فى انزعاج الام ولكنى أطمنك ياسيدتى بأن الطريقة المثلى من علاج هذه الحالات هى عمل تدليك للكيس الدمعى لمدة طويلة تتراوح بين ٣ و٦ شهور ، مع وضع نقط بنسلين فى العين حتى لا تسوء الحالة بحدوث عدوى فى الجهاز الدمعى وغالبا ما يشفى الطفل بهذه الطريقة السهلة فاذا لم يشف تعمل له عملية توسيع مجرى الدموع ومن النادر أن يحتاج لعملية توصيل الكيس الدمعى بالتجويف الانفى ٠

٣ ــ انسداد فتحة قناة الدمع اما بسقوط شعرة من رموش العين أو بجسم غريب داخل الملتحمة ودفعته الدموع أمامها الى هذه الفتحة وهذه الحال لا تحتاج لاكثر من الكشف الطبى وازالة سبب الانسداد ٠

٤ ــ تعتبر الموضع الطبيعى لفتحة قناة الدمع بالجفن اما نتيجة انقلاب الجفن للداخل كما يحدث فى مرض الشعرة وهو أحد مضاعفات الرمد الحبيبى واما لانقلاب الجفن للخارج كما يحدث فى كبار السن أو فى اصابات الجفن فى الحوادث وعلاج هذه الحالات هى عمليات تصليح وضع الجفن

٥ ــ انسداد قناة الدمع فى الاجفان اما نتيجة جرح أو نمو قطر داخل القناة وعلاجها جراحى ٠

٦ ــ التهاب الكيس الدمعى نتيجة للرمد الحبيبى وهو كثير الانتشار فى مصر عن أى دولة أخرى وعلاجها جراحى ٠

٧ ــ التهابات الانف أو وجود زوائد أنفية أو تضخم بعظام الانف يسد القناة الدمعية الانفية ــ لذلك وجد فى الحالات التى لا يرى طبيب العيون أى سبب فى العين يسبب توسيعها أن يبادر بعرضها على اخصائى الانف وعمل العلاج اذا لزم الامر ٠

ومما سبق يتضح ان التدميع مرض أى أنه علامة على وجود مرض بالعين قد يكون بسيطا وقد يكون له أسوأ العواقب اذا اهمل ٠ لذلك ياسيدتى يجب أن تبادرى الى استشارة طبيبك فى الحال حتى يمكنه أن يقوم بالعلاج اللازم فى الوقت المناسب ٠

أيتها الحامل ...
زوري طبيبك ..!

للدكتور محمد شوقي عبد المنعم

يجب على الحـــــامل أن تستشير الطبيب بمجرد ظهور الاعراض التالية مهما بدت لها خفيفـــــة ، فان الانتظار قد يؤدي الى بعض الاخطار على الجنين أو الام أو كلاهما معا .

١ ـ أى نزيف مهمـــا كان بسيطا

فقد يكون ذلك علامـــة انذار بالاجهاض فى الشهور الاولى من الحمل، فعلى الحامل أن تلزم سريرها مباشرة وترسـل فى طلب الطبيب حالا ولا تغادر سريرها الا بعد اذنه فان كان الجنين طبيعيا فقد يستمر الحمـل وتنتهى الازمة بالشفاء التام وقد يسبق أو يصحب أو يتبـع نزول الدم آلام فى الرحم تشبه آلام الولادة قد تحتـاج للمسكنات بأمر الطبيب أيضا ، واذا نزلت أى قطع لحمية احفظيها فى الكحول حتي يتسنى للطبيب فحصها ومنها يستطيع الجزم ان كنت قد أجهضت فعلا أم لا ، وهـذا الفحص يكون ضروريا فى أوائل الحمل حيث يختلط الامر على المريضـة وعلى الطبيب أحيانا فيحتاج لفحصها بالميكروسكوب وقد ينتج من الاجهاض مضاعفات خطيرة مثل النزيف الذى قد يصل لدرجة الخطورة ولوأن هذا نادر وقد يختلط بأعراض مرض خطير آخر ينتج من الحمل ألا وهو الحمل خارج الرحم وهو أيضا يتسبب فى النزيف وفى آلام فى البطن وعلاجه هو والنزف الشديد المتسبب من الاجهاض يحتاج لعناية خاصة بالمستشفى .

أما فى الشهور الاخيرة من الحمل فهو علامة على أحد أمرين كلاهما شديد الخطورة لانفصال المشيمة « الخلاص» قبل الولادة سـواء أكانت المشيمـة فى مكانها الطبيعى فى أعلى الرحم ـ أو فى الجزء السفلى منها « الخلاص نازل قبل الجنين » ـ وفي هــذه الحالات يجب نقـل المريض فورا للمستشفى لا ن الطبيب لا يستطيع فحصها بالمنزل .

٢ ـ تــورم الرجلين باستمرار ـ أو صــداع متكرر ـ أو زغللة فى العين

فان هذه قد تكون علامات على ما يسـميه الاطبــاء تسممات من الحمل ـ لانها أعراض تشبه أعـــراض التسمم فيرتفع ضغط الدم ـ ويظهر الزلال فى البول ويزداد وزن الجسم وتتورم الاطراف السـفلى والبطـن ـ وقد يصحبها قيء متكرر أو آلام ومغص فى البطن ـ وتشعر الحامل بدوخــة وزغللة فى العينين أو ضعف فى النظر ـ أو صداع شديد متكرر وهذه الاعراض ان عولجت كثيرا ما تشفى بسرعة ـ أما ان أهملت فانها تؤدى لامراض خطيرة جدا على الحامل وقد تنتهى بمرض تشنج الحامل قرب الولادة أو بعدها وتسمى الاكلامسيا الذى قد يقضى على الام أو الجنين أو كليهما معا لو لم تسعف بالعـلاج

(البقية ص ٦٦)



مع الغارسة ..!

هب القاهريون الى كوم اوشيم ليساهموا في مشروع الشجرة ، وقد لفت نظر مندوبة بنت النيل العدد الكبير من السيدات اللواتي اشتركن في انشاء أول غابة في مصر . والتقطت عدستنا تلك الصور لاحدى السيدات تبين خطوات عملية الغرس

لا يفهم حاجيات الشعوب سوى الافراد أنفسهم ، فالشعب وحده هو الذى يعرف حاجاته ويدرك ما يمكن أن يساعده على التقدم والرقى .

وان أسمى ما تصل اليه الشعوب من درجات هو انكار الذات والتضحية بأجيال لكى تعيش الاجيال المقبلة فى سعادة وهناء .

ومصر اليوم وهى تبنى مجدها ، لا تصيبها الانانية فتبحث عن نفسها فحسب بل هى تغرس لكى يجنى ثمار هذا الغرس الابناء والاحفاد .. وهذه هى أقصى آيات الرقى .

وأبرز مثل على انكار هذا الجيل لذاته .. مشروع الشجرة فقد دعا العهد الجديد أبناء الشعب جميعا لكى يغرسوا أشجارا تنمو وتترعرع على مر السنين وتنتج فى نهاية الامر أخشابا نستغلها فى حياتنا العامة وأغراضنا الصناعية المختلفة بدل تلك الاخشاب التى كنا نستوردها بما يوازى الملايين من الجنيهات .

وقد اقبل الشعب على بكرة أبيه على هذا المشروع كل يريد ان يكون اسبق الناس فى غرس شجرة الحرية . ولم تكن المرأة متأخرة عن الركب بل سارعت نساء الامة جميعا ـ كعهدنا بهن ـ الى المساهمة فى هذا المشروع الجليل .

ففى كوم أوشيم يجد الانسان هناك الام وأبناءها الصغار والاخت واخواتها جاءوا جميعا لكى يساهموا فى هذا المشروع والمرأة بذلك تفيد الامة مرتين فهى تقدم للوطن بيدها خدمة جليلة وفى الوقت نفسه تلقن أبناءها دروسا فى الوطنية .

وقد أردنا أن نسأل بعضهن عن شعورهن تجاه هذا المشروع الجليل فالتقطنا الصور المنشورة على هذه الصفحة للسيدة حكمت البابلى التى تصادف وجودها فى كوم أوشيم فى الوقت الذى كانت فيه عدسة بنت النيل هناك :

وقد قالت أن العهد الجديد قد بث فيها الشعور بالكرامة وملأ نفسها بالحماس فاحست انه يجب أن تساهم فى رفعة شأن طاقتها فقد سافرت وتحملت مشاق السفر لكى تحس فى قرارة نفسها أنها قد قامت بواجبها .. وانها قد ساهمت فى البناء الجديد ووضع أسس الحياة المقبلة السعيدة ف ...







جاءتني آنسة من خريجات الجامعة متذمرة وقالت لي :

(اننا نحن جيل الفتيات الجامعيات نشكو مر الشكوى من الرجال لانهم حتى الان لم تبدر منهم بادرة توحى بفهمنا وتقدير ثقافتنا · والا فما السر فى احجام أكثرهم عن الزواج منا ونحن أقدر بطبيعة الحال على فهم الحياة وادراك اسرارها بما حصلناه من علم ومعرفة ·)

وقد عجبت لهذا الكلام · وسألت هذه الانسة على الفور : ماذا تقصدين من كلمة الثقافة ؟

قالت : انني أقصد اننا تعلمنا أكثر من غيرنا ونلنا أكبر الشهادات العلمية فى البلد ·

فرددت وأنا أحاول التخفيف من وقع كلامي عليها قدر الامكان · ان الثقافة يا آنستي لا تحتمل هذا المعنى الذى رددته منذ لحظات · ان الرجل لا يهمه اطلاقا فى المرأة أن تكون حائزة لليسانس أو أكبر الشهادات العلمية فحسب وانما يهمه فيها فهمها للحياة وتقديرها لمسئوليتها وعدم النظر اليها نظرة بحتة لا تخرج عما يتشدق به محترفو النظريات الفلسفية العقيمة · ان الحياة لم تدرس فى يوم من الايام فى الكتب وانما كان ولا زال مكان دراستها هو الحياة نفسها · والملاحظ عندنا فى مصر ان الجامعيات أو غالبيتهن لم تتح لهن الظروف اجادة شيء فى الحياة سوى الحياة فى الابراج العاجية والبعد عن صميم الواقع ·

* * *

لقد ثبت حتى الان ان أغلب الزيجات عندنا هى الزيجات التي تمت مع فتيات من ذوات الثقافة المتوسطة · وبالبحث علمنا ان السر فى ذلك النجاح انما هو ان الفتاة متوسطة الثقافة عقب انتهائها من دراستها تتوافر عادة على مجابهة الحياة والتفاعل معها بحيث تمارسها ممارسة فعلية وبذا تتدعم شخصيتها وتصبح مثقفة ثقافة حقيقية هى خليط من العلم المدرسى والعلم الواقعى بالحياة ·

ولقد شكا لى كثير من الرجال قائلين ان الفتاة خريجة الجامعة ان تميزت بشيء فانما تتميز بالكبرياء وشموخ فى الانف · حقيقة انها تكون الارستقراطية العلمية فى البلاد ولكن هل العلم هو كل شيء؟

ان كل الرجال متفقون على ان العلم ليس هو كل شيء · وان الثقافة لها مدلول آخر غير المدلول المفهوم · والان ، هل أنت مثقفة ؟

اقرئي الكلام السابق وتفهميه وأجيبي عن السؤال بينك وبين نفسك وبصراحة ·

كم من فتاة متعلمة فشلت فى حل أغلب المشاكل التى واجهتها فى حياتها · وكم من فتاة لم تنل حظ سابقتها وناجحة في دنياها ···

اننا لا نغمط الجامعيات قدرهن ، فنحن نعتقد أنهن الطليعة التي ستعتمد عليها مصرنا ، ولكننا نحب دائما أن نجابه كل انسان بما له وعليه ·

عليك بفهم الحياة فهذا الفهم هو الثقافة الحقة ·· أما العلم الذى تدرسينه فى معهدك فخذيه كوسيلة لغاية ·· غاية عظيمة الشأن ، هى الحياة نفسها ·

أصول الأناقة



لكي تكوني أنيقة يجب أن يكون شعرك مصففا على حسب آخر موضة ، ويجب أن تكون ملابسك متفقة مع أحدث ما أخرجته بيوت الازياء ، كما يجب أن تكون طريقتك فيعمل التواليت حديثة متمشية مع أصول فن التجميل ٠٠ اذن فالاناقة تعنى كل هذه الاشياء ٠٠ ولا يمكنك أن تكونى أنيقة الا اذا توافرت فيك الشروط السابقة كلها لا بعضها ٠٠

وهناك سيدات كثيرات تنظر الواحدة منا اليهن فتجد الشعر مصففا لدى أشهر حلاق فى المدينة والملابس متمشية مع آخر موضة ، والتواليت من أغلى الانواع فى الثمن ومع ذلك فأناقتهن غير كاملة ٠

السر في ذلك يرجع الى أنهن لا يعرفن أصول الاناقة ٠٠ فلترجع كل منا الى الاساس ٠٠ الاساس الاول فى كل سيدة أنيقة هو رشاقتها أو تكوينها الجثمانى٠٠ أنظرى الى جسمك وقوامك : هل أنت بدينة مكتنزة بالشحم واللحم ؟ هل أنت قصيرة أم طويلة ؟

ان السمنة عيب كبير يعرقل السبيل الى الاناقة ولذا يجب على كل بدينة أن تراعى نفسها بوضع نظام خاص يكفل لها القوام المعتدل الطبيعى ٠

وأما القصر فهو عيب يسهل التحايل عليه باختيار تفصيلات معينة ويلبس أحذية من ذات الكعب العالى ٠

واما الطول فهو أمر محبب الى القلوب ان كان باعتدال واما ان كان زائدا عن الحد الطبيعى فالعلاج هو نفس علاج القصر وأقصد التحايل بطريق اللبس وعدم شراء الاحذية ذات الكعب ٠

يجب أن يكون لجسمك خطوط تحدده بحيث تظهر (كسمك) ٠٠٠ وهذه الخطوط يظهرها لبسك بغض النظر عن الموضة ٠٠٠

أما الاساس الثانى فهو البساطة ٠٠٠ كلما كنت بسيطة يا سيدتي زادت أناقتك ٠٠ ان التعقيد آفة يجب مقاومتها بكل شدة ، لا تظنى انك كلما انفقت مزيدا من النقود فى شراء مستحضرات التجميل أو الاقمشة النادرة زادت أناقتك ٠٠ ان النجاح الصحيح هو أن تكونى أنيقة ببساطة وبأقل التكاليف ٠

وأما الاساس الثالث فهو الالوان ٠٠٠ ان الالوان لها سحر وجاذبية وما يصلح لك لا يصلح لغيرك ٠ لاحظى السن على الدوام : حتى سن العشرين تصلح لها ألوان معينة هى الالوان الزاهية الممتلئة نضارة وحيوية وخفة ٠ وبين العشرين والثلاثين تحسن الالوان الهادئة ذات النقوش الدقيقة فهذه هى الفترة التى تبدأ فيها كل منا فى بناء حياتها مما يحتاج الى الهدوء والدقة ٠

وفيما بين الثلاثين والاربعين تحسن الالوان الغامقة ٠٠ الوان آخر المطاف ٠٠ ألوان الرزانة والتفكير العميق ٠



جمالك فى الربيع ..

هل سألت نفسك ذات يوم هذا السؤال: ماذا وراء هذه الفتاة أو تلك من سر؟ لماذا تبدو جميلة كالزهرة فى هذا الفصل ـ فصل الربيع ـ مع ان التراب فيه كثير والحرارة فيه قريبة من حرارة الصيف ·

أنظرى الى الزهرة ـ أى زهرة ـ وتأملى فيها فستجدين الاجابة على سؤالك
عودى نفسك على القيام مبكرة كل صباح ··· قد تكونين من هؤلاء الذين يحبون السرير ، وقد تكونين أخذت حمامك فى المساء قبل النوم ولكن رغم كل ذلك عليك بالقيام مبكرة ··· وبعد غسل أسنانك مباشرة وشرب كوب من الماء البارد قومى بتمريناتك الرياضية المعتادة وادخلى الحمام ولكنى أنصحك بعد انتهاء الحمام بعدم تنشيف جسمك مباشرة ·· اتركيه مدة دقيقتين أو ثلاث وابدئى بعد ذلك فى التنشيف ·

ادعكى جسدك بعد ذلك بماء الكولونيا · وبعد دقيقة أو اثنتين قومى برش كل جسمك ببودرة التلك ولاحظى الاماكن التى يكثر بها العرق فهى جديرة بالعناية أكثر من غيرها ·

ارتدى ملابسك عقب ذلك مباشرة وانتقلى الى حيث تقومين بعمل التواليت · ان التواليت يجب أن يكون خفيفا مناسبا للجو فى الربيع ويجب الاقتصاد ما أمكن من المستحضرات الكريمية ومن أحمر الشفاه وأحمر الخدين ·

وتذكرى دائما ان الحرارة قد تشتد وبالتالى يأتى معها الكسل والاسترخاء فلا تستسلمى للكسل ولا تنامى القيلولة على الخصوص واشغلى نفسك بأى عمل خفيف حتى غروب الشمس، ففى هذا الوقت يحلو التنزه والسير · أما عن مواعيد النوم فيجب أن تكون مبكرة لان السهر الكثير يؤثر فى الاعصاب ويرهق البدن ·

بوادر الصيف

هاقد لاحت بوادر الصيف ·· وها قد بدت مقدماته ·· ان صيفنا متعب مرهق ··· الاعصاب فيها تصبح مرهقة والعمل فيه يحتاج الى صبر، والاسباب معروفة وتتلخص فى القيظ الشديد ثم العرق الغزير ··

وبما أن الانسان ان تميز بشىء على الحيوان فانما يتميز بعقله وبالتالى بمرونته وتشكيله حسب الظروف والاحوال وهذا هو السبب فى أعماله وفكره وقوته فى سبيل مجابهة الحياة فاننا ننصحك يا سيدتى بالاستقرار لمواجهة الصيف من الان · فالصيف يحتاج الى ملابس خفيفة : ملابس داخلية وخارجية · ويحتاج الى مستحضرات تجميل تتناسب مع جوه المعروف ·· واخيرا يحتاج الى عناية خاصة بالشعر حتى يمكنك أن تظهرى جمالك وفى نفس الوقت تقومين بعملك ·

فاذا كنت من أنصار الشعر الطويل ننصحك بعدم تركه على طبيعته منسدلا على كتفيك أو على ظهرك · واعقصيه وارفعيه الى أعلى وهناك عدة تسريحات أنيقة جدا لا بد وأن واحدة منها ستناسبك · وأما اذا كنت من أنصار قص الشعر وهو الموضة السائدة فى هذا الموسم فسنقدم لك قصة جديدة جميلة ومريحة أيضا والصور المنشورة الى جوار هذا الكلام ستبين لك كيفية الوصول الى هذه التسريحة الصيفية ·

والصورة الاولى تبين الحلاق وقد أمسك بموساه





وأخذ يسوى فى أطراف خصلات الشعر حتى يسهل عليه بعد ذلك تشكيلها حسبما يريد ·

وهذه العملية تتبعها فى العادة عملية أخرى فى منتهى الاهمية ويجب عدم الاهمال من شأنها ، الا وهى عملية دهان الشعر باللوسيون وتسويته بالفرشاة مع الاستعانة بدبابيس الشعر فى سبيل اعطاء الشعر الجانبى الشكل المعين الذى تتطلبه التسريحة ·

وانظرى معى بعد ذلك الى الصورة الثانية انها التسريحة نفسها بعد أن انتهى الحلاق بدون أية دبابيس شعر · ما رأيك ؟ أليست جميلة وبسيطة ومناسبة للصيف بحره وعرقه ·





صونى جمالك ياسيدتى

للدكتور حسن الحفناوى



ان الشعر من أبرز علامات الجمال فى المرأة ، فان كان يتساقط أو يتقصف أو يتشقق طوليا فهذه علامة ضعفه ، وهذا الضعف قد يكون جزءا من ضعف عام بالجسم وهنا أنصحك ياسيدتى باستعمال المقويات العامة مثل الحديد والكينا والفيتامينات والكبريت مع القيام بقسط وافر من النزهة فى الهواء الطلق .

وقد يكون ضعف شعرك هذا نتيجة لالتهاب دهنى موضعى بالرأس وهذا يسبب احمرار فى جلد الرأس يتبعه هرش وأكلان ثم ظهور قشور يتبعه سقوط الشعر . وهنا يجب أن تعالجى القشور بسرعة باستعمال غسول أو مرهم به أملاح الزئبق والسليسليك والكبريت وزيت الخروع وغيرها مما يذيب القشور ويزيل التهاب الرأس .

وان كان شعرك جافا فقللى من غسله بالماء والصابون فيكفى مرة كل اسبوع ويمكنك جعله لينا باستعمال زيت الخروع أو زيت الزيتون ولا يجب استعمال الفازلين أو ما شابهه فذلك يساعد على تقصف الشعر . أما اذا كان شعرك زيتيا فقللى من استعمال الزيوت بالرأس ويمكن استعمال غسول به حامض سلسليك وقليل جدا من زيت الخروع مع الكحول .

كما يجب ألا تكثرى من كى الشعر فذلك يضر به



جمال الوجه :

من أهم الاسباب التى تشوه جمال الوجه هى ظهور حب الشباب أو النمش أو تبقع البشرة لاى سبب آخر ، فلعلاج **حب الشباب** اسرعى بازالة الرؤوس السوداء عند الاخصائى وليس بيدك واستعملى صابونا ناعما يساعد على اذابة الدهن بفوهات الغدد .

أما اذا ظهرت حبوب حمراء أو صديدية فيجب أن تسرعى فى علاجها قبل أن تترك لك حفرا بالجلد أو بقعا سوداء وعلاج هذه الحالة سهل جدا اذا استعمل نوع خاص من الاشعة تسمى الاشعة الباردة وفى الوقت نفسه ينبغى أن تقللى من النشويات والدهون والحوادق .

ولعلاج **النمش والبقع السوداء بالوجه** فهناك عدة

طرق أهمها ما يزيل طبقة بسيطة من البشرة تدريجيا وبدون التهاب بالوجنه لان النمش يزول مع الطبقات السطحية بالوجه وهذا يتم باستعمال مراهم خاصة أو بواسطة نوع خاص من الاشعة ·

مستحضرات التجميل :

ولا تعطرى وجهك بالكولونيا أو الروائح بالنهار وخاصة اذا كنت عرضة للتعرض للشمس ففى هذه الروائح والكريمات ذات الرائحة ما يجعل الوجه حساسا لاشعة الشمس فتكثر فيه البقع وفى الوقت نفسه يجب أن تغسلى وجهك جيدا قبل النوم فذلك يساعد على تهوية البشرة ·

ويجب يا سيدتي أن تختارى نوع أحمر الشفاه الذى لا يحدث التهابا أو تقشرا فى شفتيك ، وما ذكرته عن أحمر الشفاه أكرره فى كريمات الوجه وأحمر الخدود فهذه بدورها قد تسبب التهابات بالوجه اما لشدة تأثير المواد الكيمائية بها أو لكون جلدك حساسا لنوع خاص منها

الاظافر :

اعتنى بأظافرك ولاتكثرى من اللعب فيها بأدوات المانكير والبيديكير فقد ينتج عن ذلك التهاب بالجلد عند اتصاله بالظفر ويسبب نوعا من الالتهاب الفطرى قد يتقيح ويؤلمك كثيرا ·

وكذلك قد تكونين حساسة لنوع ما من أنواع المانيكير - وهنا يحدث فى أصابعك وأجزاء جلدك التى تلمسها أظافرك التهابات تتكرر من آن لآخر ·

فكونى يقظة لمثل هذه الاشياء وان ظهرت اما أن تغيرى نوع المانيكير أو تختبرى جلدك ان كان حساسا له أو غير حساس ·

المناعم :

يطلق هذا الاسم على المناطق التى يكثر فيها العرق فهذه المناطق يتسلخ الجلد فيها ويصاب بالطفيليات نتيجة للعرق والاحتكاك ولذا أنصحك ياسيدتي أن تداومى غسل هذه المناطق بالماء والصابون ثم تغسل بالبوريك ثم تضعين قليلا من بوردة التلك النقى وبذلك يمكنك أن تقيها الالتهاب والتسلخ ·

أما صدرك فاعتنى به جيدا وخاصة اذا كنت حاملا ، أو ترضعين طفلا فعليك بتدليك الجزء البارز منه الى الخارج مرتين يوميا ثم اغسليها وما حولها بالبوريك ثم دلكيها بزيت الزيتون ان كانت جافة وهذا يمنعها من التشقق وما يتبعه من مضاعفات مثل الاكزيما ·

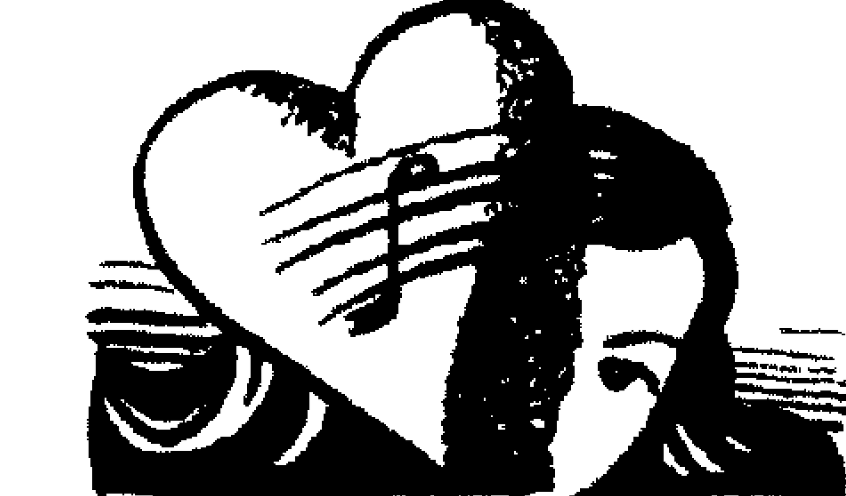
كما عليك أن تفتشى صدرك من آن لآخر فاذا ظهرت أى بقع مغايرة لما حولها فى اللون فاسرعى بعلاجها فان هذه البقع كثيرا ما تكون نتيجة التهاب فطرى بالجسم يعيش على الطبقة السطحية من البشرة ثم ينتشر بالجلد وعندئذ يكون علاجه أصعب مما لو كان مقصورا على منطقة واحدة ·

القدمان :

ولا يجب أن تلبسى حذاء ضيقا فهذا يتلف منظر أصابع القدم وينتج عن احتكاكها به ما يسمى « بالكالو » وهو مؤلم ومشوه للاصابع ·

ويجب أيضا ألا تلبسى فى دارك حذاء أو شبشبا ذا كعب عالى فهذا يجعل الضغط دائما على الكعب مما ينتج عنه تشقق فى مؤخر القدم·

غني ياصديقتي



« صوتي ليس جميلا ، وليس مطربا ، ولا يشبه في شيء صوت ام كلثوم ولا شاديه ولا ليلى مراد .. ! ولكنني اغني .. !

وعندما اغني ، ارسل صوتي طربا طبيعيا كانني اتكلم ، ولكن قلبي يرقص على الالحان ، واحس كانني بلبل على غصن اخضر من اغصان الربيع ..!

غير ان امي تحاول ان تمنعني عن الغناء ، وتتهمني باستمرار بمختلف الاتهامات ، كالجنون احيانا و«قلة الادب» دائما ، وانا لا ارى رأيها ، فهل انا مخطئة ..؟ »

آنسة ت.م حلوان

بنت النيل —

لا يا صديقتي ، لست مخطئة ابدا ، غني كما تشائين وامرحي كما تريدين ، ولكن بعد ان تحملي هذه الصفحة ، الى السيدة الوالدة ، التي تكن لها أعمق الاحترام ، والتي لاتريد لك الا كل الخير

انت فتاة طبيعية جدا ، واحساساتك تبشر بالخير ، ولكن رسالتك هذه ، تحمل من واجبي ان اتحدث الى جماهير الفتيات المصريات اللاتي احس بهن جميعا في رسالتك ، وقد تزاحمت عيونهن البراقة ، تنظر الى من بين السطور ، وقد ارتسم عليها شعور بالضيق ، وتجمعت فيها الحان مكبوتة مكظومة ، تريد الخروج الى الهواء الطليق

غني يا صديقتي ، ولتغني كل فتاة في الكون ، لان الحياة اجمل من ان تقاوم ، واشهى من ان يقف في وجهها انسان

الواقع ان الغناء حسنة ملازمة للانسان ، فاجدادنا كانوا يغنون قبل ان يتعلموا كيف يتكلمون ، وعلى مرور الاجيال اصبح الغناء ضرورة من ضرورات الحياة الانسانية ، وغريزة من الغرائز الطبيعية

غير ان ما نراه في ايامنا هذه من تحفظ المتحفظين ، وتزمت المتزمتين ، لا يمكن ان نعده ظاهرة متمشية مع الطبيعة ، بل عارضا سيئا احدثته ظروف اجتماعية لم يعد لها وجود في هذه الايام ..

ولنتحدث علميا ..!

ان الفتاة في سن الطفولة قد تغني «قطتي صغيرة» او «كان فيه واحدة ست عندها اتناشر بنت» ولا يعارضها معارض ، بل تشجعها العيون الباسمة ، وقد تشاركها الاصوات الكبيرة . ولكنها اذا كبرت وبدأت تغني « ايامي الحلوة .. » احدقت بها العيون المستنكرة ، ونهرتها الشفاه الحازمة الجازمة . لماذا .. ؟

تقول «الست الكبيرة» وهي تقطب جبينها «ده كلام فارغ وقلة ادب» وقد يقول قائل «ان الفتاة المهذبة لا ينبغي ان تجري على لسانها هذه الالفاظ» ويكثر اللغط ، وتتزاحم الاقوال . وتنتهي المشكلة بان تنزوي الفتاة في مكان بعيد ، تردد الحانها وهي تحس بانها تجرم

والذين يعترضون هذه الاعتراضات لهم العذر ، لانهم ولدوا في ايام كانت الحياة مصيبة يصاب بها الانسان ، فهي حمل ثقيل على كاهله ، وهو مسئول عن ان يقيها ما قد يقتحمها من عذاب وهموم ، من تلك التي كانت منتشرة في أيامهم ، وتعاقب الطغاة ملكا بعد ملك ، ومحتلا بعد محتل ، حتى اصبح الناس يحاولون جاهدين ان تنقضي حياتهم بسلام ، ولو كانت فارغة عقيمة موحشة

وبالبحث والتنقيب ، ثبت ان الانسان اذا اضطر الى وضع اجتماعي معين ، فانه يغطيه دائما بمثاليات تتلاءم معه ، وهذا شأن المجتمعات التي سبقتنا والتي عاش فيها اجدادنا ، فان الحياة المقيدة التي ارغموا عليها ، لم يكن من الممكن ان تقبلها الطبيعة الانسانية ، مالم تخلق لها مبررات من المثل العليا والقيم الاخلاقية التي تتلاءم معها ، فكلمة «خلينا في حالنا» كانت تعبيرا مثاليا عن ضرورة أرغم عليها الناس ، هي ضرورة التخفي والانزواء

هذه الكلمة والاف الكلمات الاخرى ، التي تحرم على الناس الاشتراك في الحياة الاجتماعية ، وتمنعهم من مزاولة كثير مما توحي به اليهم طبيعتهم ، هي التي خلقت العقل الذي يستنكر من بنت العصر الحديث ، الذي اصبحت فيه قوة الحياة حقيقة لا تنكر ، ووجودا لا يقف احد في وجهه ، أن تساير طبيعتها وتغني .

ولكن الايام تغيرت ، ومناقشة هادئة تستطيعان تمحو رواسب الماضي ، وتجعل الحياة أجمل واقيم ، بما يملؤها من بهجة ومرح واستبشار



كلما احسست ياصديقتي بأنك سعيدة .. غني

وكلما هزك احساس بالحياة .. غني

حتى اذا كنت حزينة ، او ضايقك شيء ، غني لتسري عن نفسك ، فانك عندما تغنين ، ستحسين بانك روح انسانية سامية ، وستتجاوبين مع الكون كله ، لانك ستبعثين من أعماقك ، ذلك الوجود الذي يتشبث بالحياة ، ويرى انها أجمل واشهى من أن تقاوم .



فصلى هذا الفستان بنفسك

يمكننا أن نحكم على ذوق السيدة من طريقة لبسها فى المنزل · ونحن نقدم لك على هذه الصفحة بلوز – روب تلبس في المنزل أثناء أداء الاعمال المختلفة ·

وتمتاز هذه البلوز–روب ببساطة التنفيذ وبأزرارها التى تمتد من أعلى الى أسفل وبياقتها المرتفعة المقفولة لتجعل الجسم فى منأى عن الغبار · ومع ذلك فان تلك الياقة يمكن فتحها حسب الرغبة وكذلك الكم الطويل الذى يمكن أن يركب مكانه كم قصير بقلابة ، واننا نشير على القارئات بتفصيل هذه البلوز – روب من قماش قطنى ·

وهى تحتاج الى ٣ر٧٥ متر عرض ٩٠ ان كانت ذات أكمام طويلة ، والى ٣ر٥٥ متر عرض ٩٠ ان كانت الاكمام قصيرة ·

الباترون :

ان التصميم الذى نقدمه هنا مصغر الى العشر ، ان هذا الباترون يتكون من عشرة أجزاء وهى : الظهر ، الجزء الامامى من الكورساج الكم والمعصم ، الياقة ، الجيب ، الظهر ، الجزء الامامى من الجونيلة والحزام وان أردت أكماما قصيرة فما عليك الا قص القماش حسب التصميم الثانى ·

كل أجزاء الباترون توضع على القماش المطوى على اثنين على أن يكون الاتجاه بالعرض مع ملاحظة الدروافيل جيدا فيما عدا الجزء الامامى من الجونيلة ذلك أن عرض القماش لا يسمح بذلك · دبسى على ثنية القماش منتصف ظهر الكورساج والياقة وظهر الجونيلة بدون خياطة ·

وعند القص خصصى جزءا للخياطة واللفق والارليه ·

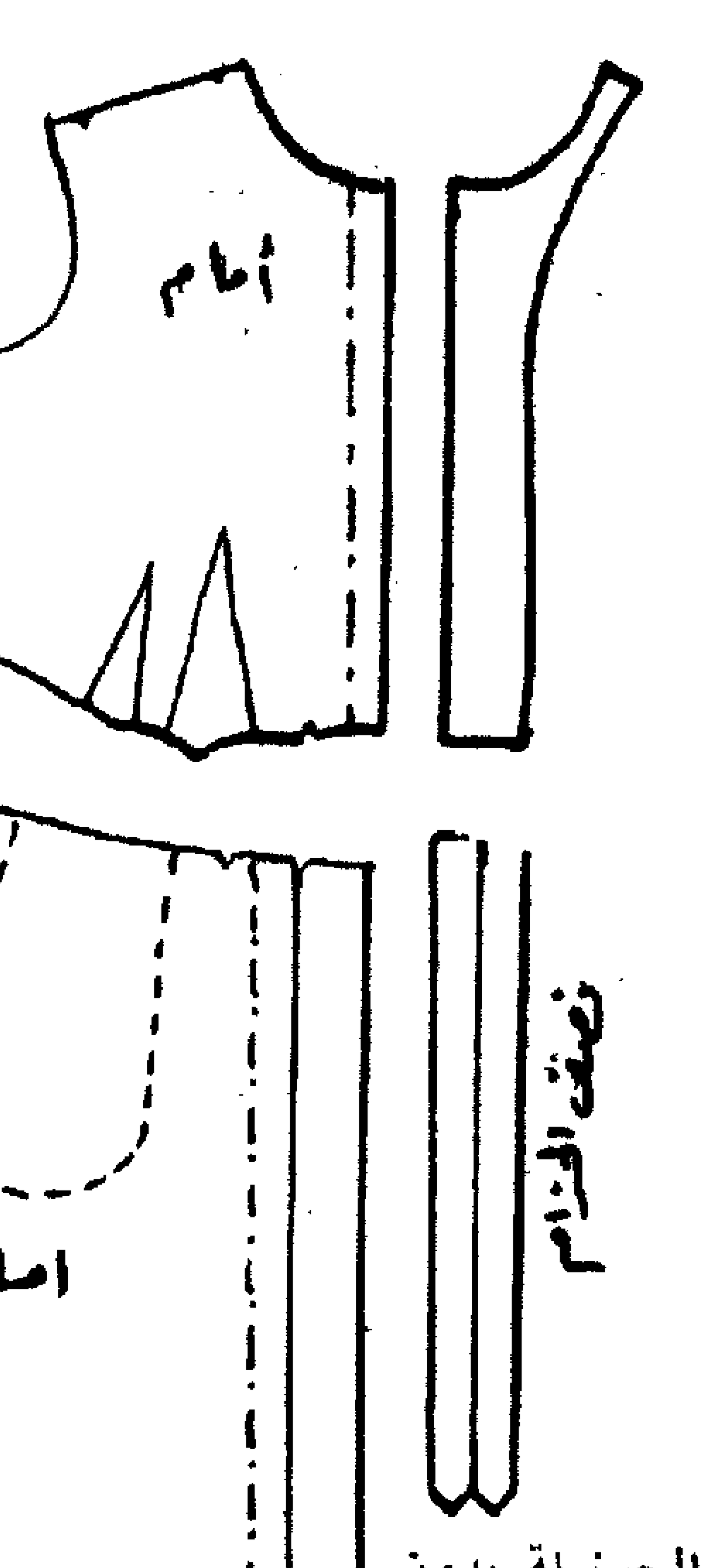
التركيب :

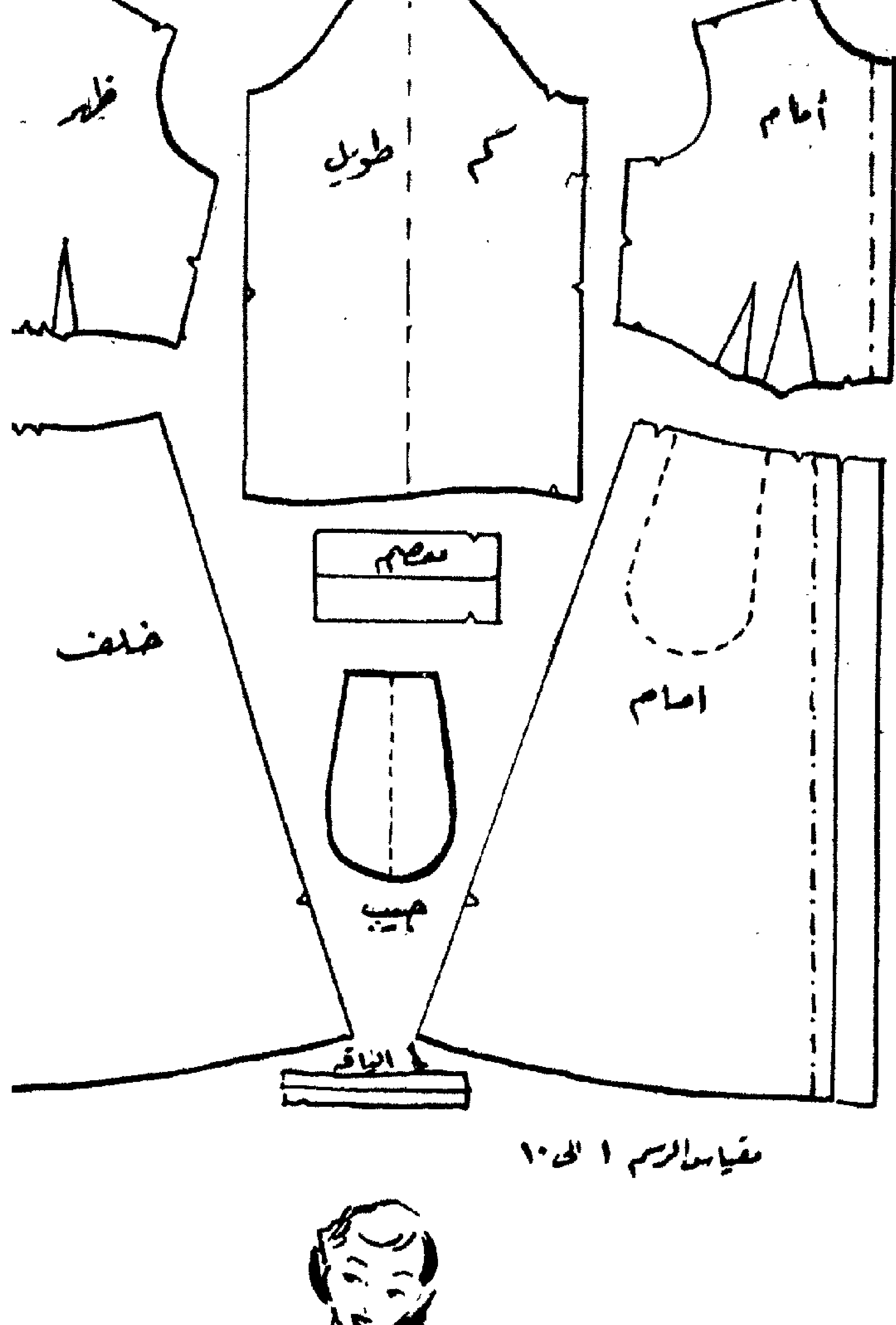
اعملى بانسات الخصر من الامام ومن خلف الكورساج، ركبى الاجزاء الامامية والظهر بخياطات الكتفين والجانبين ضعى البار مونتور على حافة الاجزاء الامامية ، اقفلى خياطة الكم ، كشكشى الجزء الاسفل تحت المعصم المقفول بزر وعروة ·

ركبى الكم مع عمل بعض الكشكشات عند حردة الكم فى أعلى الكتف · أما ان كنت تفضلين الكم القصير فركبيه بدلا من الطويل ·

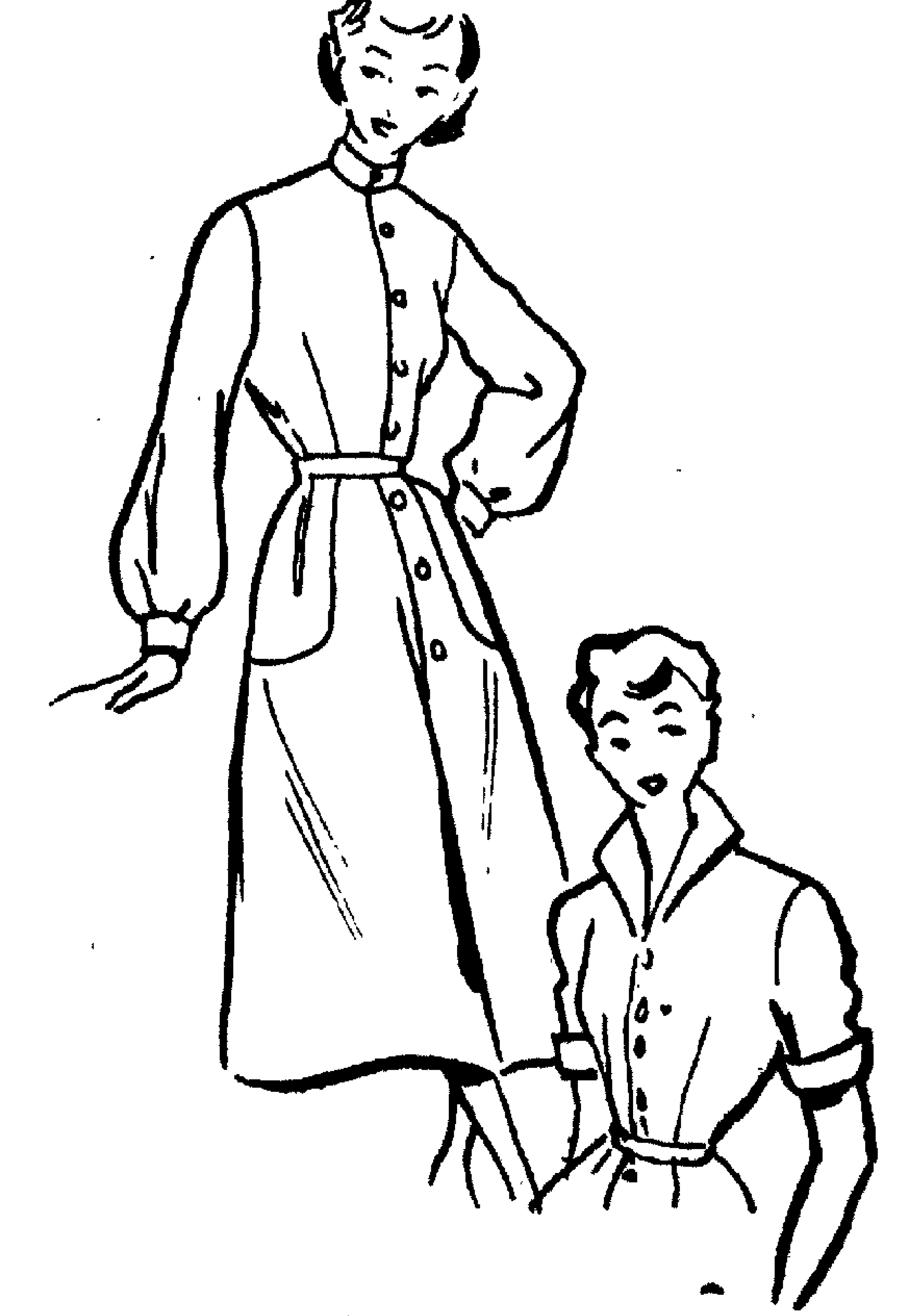
ركبى على الجونيلة الظهر والامام بخياطات الجانبين · ضعى السوستة فى وسط الجيبين ·

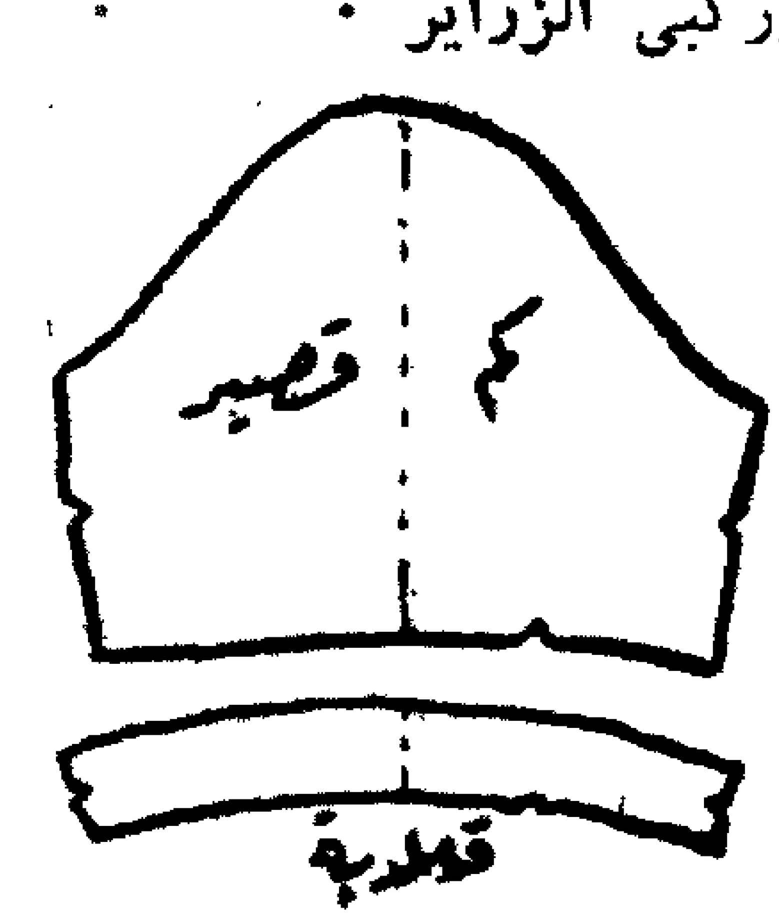
اعملى أخيرا العراوى وركبى الزراير ·

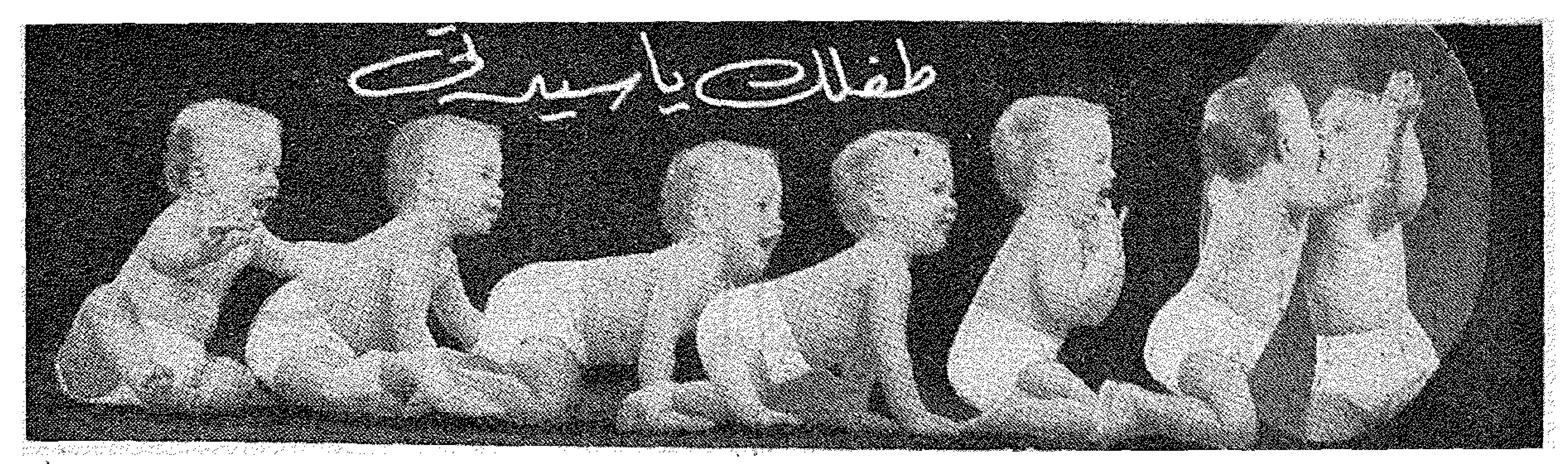




مقياس الرسم ١ الى ١٠







ان اللعب هو وسيلة الطفل الى التعلم والى اجراء التجارب والى اختبار قواه الذاتية والى تفهم كل ما حوله فى الدنيا التى تحيط به . ثم هو بعد ذلك يملأ الطفل دائما بالسرور لامتلائه بالخبرات الجديدة ومن ثم كان تصميم وسائله وأساليبه من الاهمية بمكان وجدير بعناية المنزل والمدرسة والمجتمع .

ولعل أهم درس يتعلمه الطفل عن طريق اللعب انما هو القدرة على التنسيق أى استخدام حواسه وعضلاته متعاونة معا لتحقيق هدف واحد فحين نرى طفلة فى السادسة من عمرها تنط الحبل على وقع غنائها أو غناء صديقاتها فربما يفوت علينا لاول وهلة التعاون الوثيق بين العين والاذن والعضلات فى نظام تام هو نتيجة لما تعلمته فى سنى طفولتها الاولى قبل التحاقها بالمدرسة فالطفولة هى الوقت الملائم لاكتساب مثل هذا النوع من المهارة ومن ثم فان الطفل الذى أتيحت له فى حياته فرصة اللعب بكثرة وحرية يكتسب هذا التناسق دون جهد .

وما يجدر بكل أم أن تلاحظه أن تعلم طفلها كيف يستمتع بانفراده بنفسه . أما الام التى تسرع لطفلها تحمله بمجرد أن تسمعه يناغى أو يتكلم مع نفسه فانما تخلق متاعب لنفسها . فالطفل الذى اعتاد أن يترك وحده يجد لذة كبرى فى اللعب بمفرده وتكفى لتسليته حلة صغيرة من الصفيح وملعقة وبعض مشابك الغسيل أو أية لعب أخرى يستطيع أن يصنع منها شيئا

ان الطفل حين يلعب وحده دون تدخل أو مساعدة فى الكبار يتعلم كيف يختار بنفسه ما يريد وكيف يضع قراراته بل انه يتعلم كيف يركز انتباهه على ما يفعله ويتعلم فوق هذا وذاك الدروس الاولى فى الاستقلال

واذا كان الطفل فى حاجة الى تعلم اللعب الانفرادى بعض الوقت فهو كذلك فى حاجة الى أن يلعب مع الاطفال الاخرين ولا يمكن للبالغين أو للاطفال الكبار أن يحلوا محل رفاق الطفل فى نفس عمره فالطفل الصغير فى حاجة الى أن يلعب وينمو فى صحبة رفاق له من نفس المرحلة التعليمية وفى مثل سنه .

وجدير بالاباء ذوى الولد الواحد ان يلتفتوا الى هذه الحقيقة أكثر من سواهم فان الطفل الصغير يتعلم من اللعب الجماعى كثيرا من التجارب التى قد تكون قد مرت على زملائه كما انه يتلقى دروسا قيمة فى كيفية الملاءمة بين نفسه وبين مطالب المجموعة التى تشاركه اللعب .

وفى وسع الاباء ان يوجهوا الاولاد بطريقة غير مباشرة الى استخدام اللعب بطرق تذكى خيالهم وتنمية كان يقيموا مثلا حفلة عرس فتأتى الاسرة بلعبة على شكل عروس وتحيطها بمعدات العرس وكلها يمكن صنعها بالمنزل كالكوشة التى تجلس فيها العروس والستائر والاثاث وبعد ذلك على الاسرة ان تشارك الطفل فى لعبه وان تهيىء له الوسائل للاستمتاع به .


ويجب أن تلاحظى ياسيدتى ان اللعب فى كثير من الاحيان يعتبر فرصة للطفل كيما ينفس عن رغباته المكبوتة فاذا ضرب الطفل لعبته فى الارض مثلا ربما كان بهذه الفعلة ينفس عن رغبة حبيسه فى نفسه للتمرد على بعض القيود المفروضة عليه فى المنزل . وبهذه المناسبة لابد أن نذكر لك ان ألعاب المقاتلة بين الاطفال تؤدى فى الحقيقة عملا يمكن أن نشبهه بعمل صمام الامن فى حياة الاطفال ولهذا يجب على الوالد أو الوالدة الحكيمة ألا تؤاخذ طفلها عليها .

أم مجربة

زهور على أثاثك

يحلي هذين المفرشين مجموعة من الطيور المفردة . ان القماش مصنوع من الريون والقطن . وقد استعمل للبرودرى خيطان من القطن اللماع . اما لون المفرش الاول فهو أخضر لوزى وقد اشتغل عليه الطيور بالخيط الوردى االغامق المظللة باللون الوردى الفاتح . ويشتغل محيط الطير من الخارج بغرزة الفرع . اما الجناحان فبالفرزة اللانسيه والعين بالفرزة المعقـودة . والاوراق تطرز بالاخضر الفاتح والاغصان بالاخضر الغامق وبغرزة الفرع على ثلاثة خطوط متزاحمة (خط اخضر غامق وخطان اخضر فاتح) بحيـث تخفى غرزة الاورلـيه .

وقد نفذ الانموذج الثاني على قماش كريم وقد حلي بغصن عليه ازهار ترفرف حواليها الطيور . وقد اشتغلت هذه الرسومات كلها بغرزة الفرع الازرق والبني . اما غرزة الفستون فتطرز بها بالخيط الازرق التوركواز الجناحان والذيل وداخل الازهار . اربعة خطوط من غرزة الفرع : خطان بلون التوركواز وخط ازرق وخط بني تغطي غرز الاورليه



طرزي فوط الحمام

ان فوطك المصنوعة من نسيج الايبونج او عش النحل لابد ان تتميز بالطابع الشخصي ولابد من ان يضفي عليها روح البهجة والانشراح . ان الرسم الذى ننشره على هذه الصفحة بالحجم الطبيعي يطرز بخيط قطنى سميك ملون

اما الانموذج الاول فهو عبارة عن عريشة مكونة من غصن صغير مكرر . وتطرز هذه العريشة بخيط لونه مخالف للون الفوطة نفسها . وقد طرزت بغرزة الفرع . وملئت الاوراق من الداخل بالغرز المعقودة . وهناك خط مطرز بغرزة الفرع بخيط بالرسم

ان حلية الانموذج الثانى قد طرزت كلها بغرزة الفرع . ان البرودري مكونة من اربعة خطوط مستقيمة مشغولة بخيط غامق وفى داخلها خطان متعرجان مشغولان بخيط فاتح . اما فى الوسط فترسم ورقة عنب وتطرز بخيوط غامقة . اما العروق الداخلية فتشغل بخيط فاتح



الربيع

حتى اليوم ، كانت أغصان المشمش خشبية كالحطب
ولكن الازهار الحريرية البيضاء نـــورت
وقالت :
ها قد أتى الربيع
وغدا يصير كل شيء أخضر يانعا
كأنه بعث من جديد
النسائم الفاترة الرطيبة
غدا تحمل الينا أنفاس البرتقال
عطرية كالامل
حبيبة كأنها حلم طفل صغير
انه الربيـــع
وثياب الربيع زهور
أوراق الورد وأكمام الياسمين
غدا يبدو فيها الجميع ٠٠ كالاطفال
فكلنا أبنـاء الربيـع

ص ٠ ج

على البر



سمى هذا التايير حبات القهوة
وهو من ابتـــكار مدام كارفن
مبتكرة الازياء الباريسية وقـد
صنع من الحرير الابيض والاسود

بواب ربيع ..



وها هو ذا بيير كلارانس يقدم لنا تاير الربيع وقد اطلق عليه اسم «ميروب» وهو من قماش البيكه الرمادى والابيض

←

«ميرينا» هو اسم هذا الموديل
الذى يقدمه بيير كلارانس .
وهو ثوب لبعد الظهر من السيرج
الازرق والديكولتيه من البيكة
الابيض

طقم
من قطعتين
مصنوع من الجرسيه
الابيض قدمه لموسم
الربيع مبتكر الازياء الباريسى
المشهور بيير كلارانس .





تايير من التويد الاصفر والرمادى
والابيض قدمه لنا اخيرا مبتكر
الازياء هوبـــير دى جيفنشى
واطلق عليه اسم سليمين

انـــه
موديل ابتكرته
مدام كارفن خصيصا
لفصل الربيع وقد سمته
كلودين وصنعتـــه من قماش
الالباجا الرمادى المنقط بالابيض

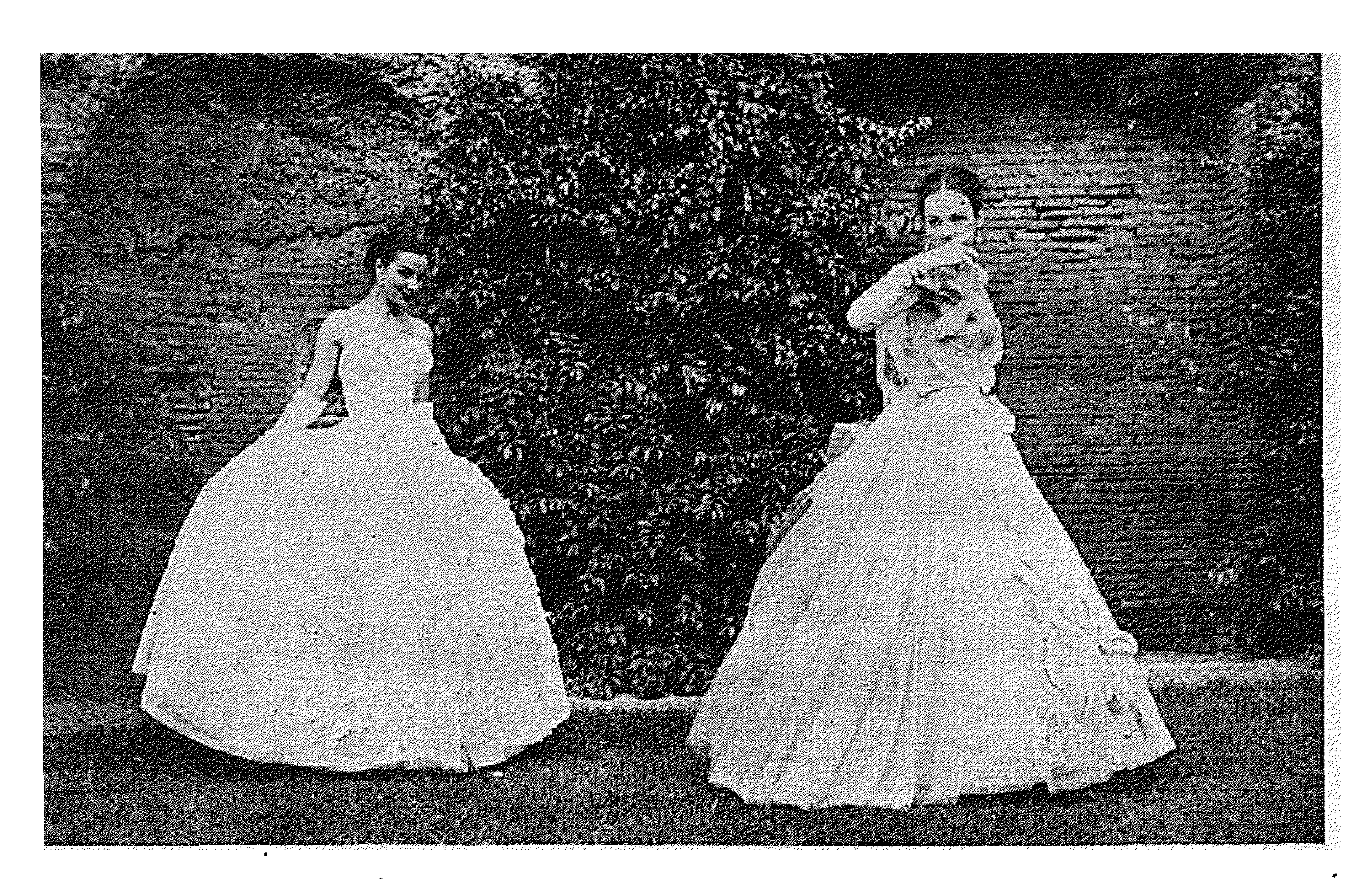




روما من كمال حبيب :

هذه الاثواب الخمسة فازت جميعا بجوائز مختلفة عند اقامة العرض الكبير لاثواب السهرة بصالون « مارجوتا » الشهير بروما والاثواب الخمسة من تصميم دار فونتـانا المشـهورة .

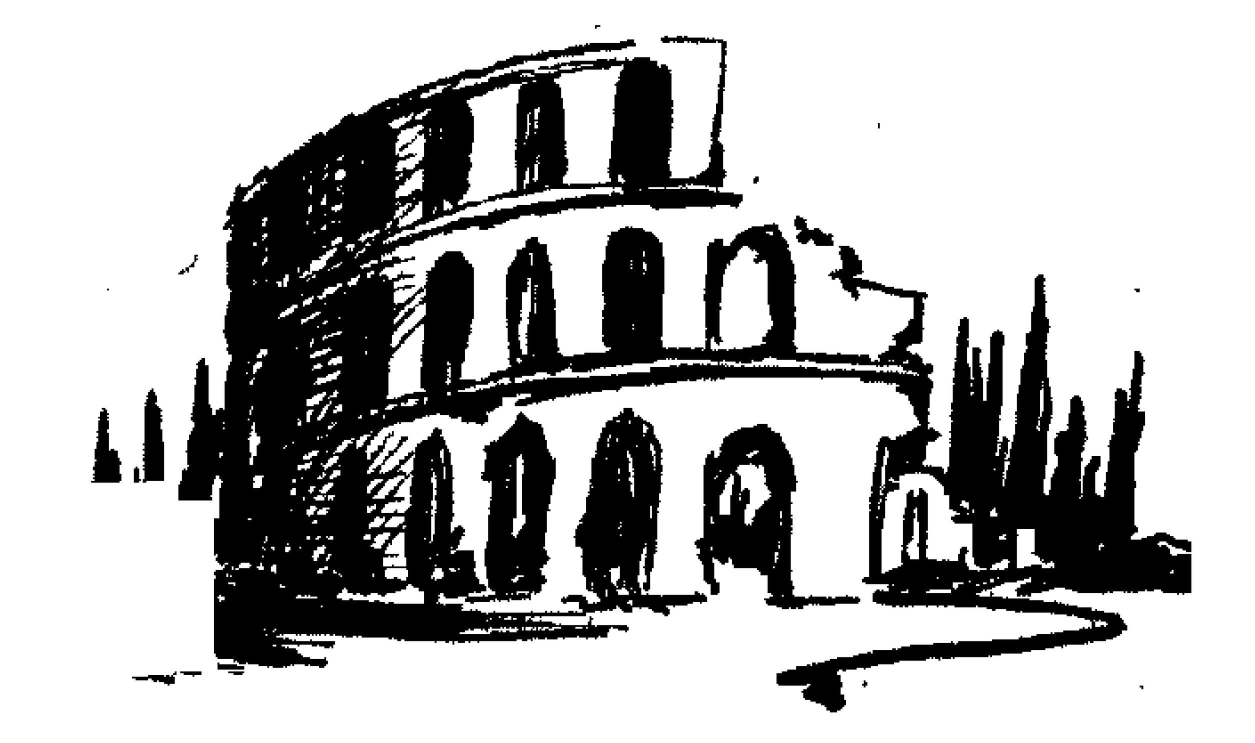
المسز بوزو تستعرض مع السنيورة زويه فونتانا الثوب الذى اطلقت عليه مبتكرته « نوتات الموسيقى » . أما الثوب الاخر فاسمه « البجع الاسود » وترتديه عارضة الازياء الايطالية مارى وهو من قماش الفاى الجميل



هذان الثوبان الجميلان من صنع مبتكرة الازياء الايطاليـة السنيورة فونتانا . ويلاحظ ان الجونيلة عريفـــة فى الثوبين والكورساج ضيق وقد اطلق عليهما اسم «قوس قزح»

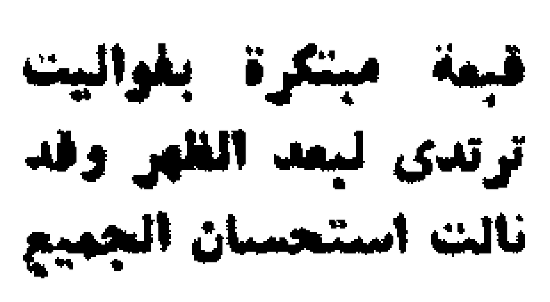


فستان لبعد الظهـــر من الحرير الطبيعى الخفيف ... اللون أزرق فاتح . حزام الوسط من القطيفة السوداء ... على الثوب ايشارب طويل مبطن بالحرير الاسود وعند نزع الايشارب يحول الثوب الى فستان كوكتيل

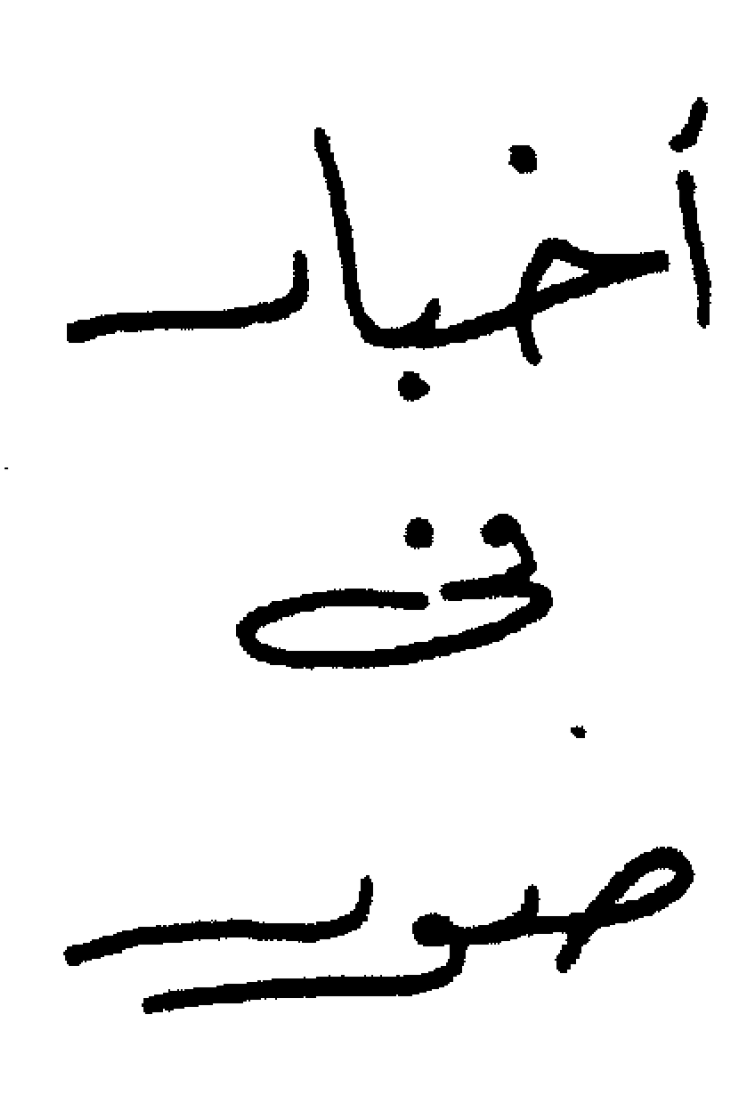




قبعة باريسية مبتكرة



قبعة مبتكرة بفواليت
ترتدى لبعد الظهر وقد
نالت استحسان الجميع



أخبار في صور

طقم لبعد الظهر من
الشانتونج المطبوع
باللونين الازرق والاسود
استرعى الانظار في
باريس الاسبوع الماضى



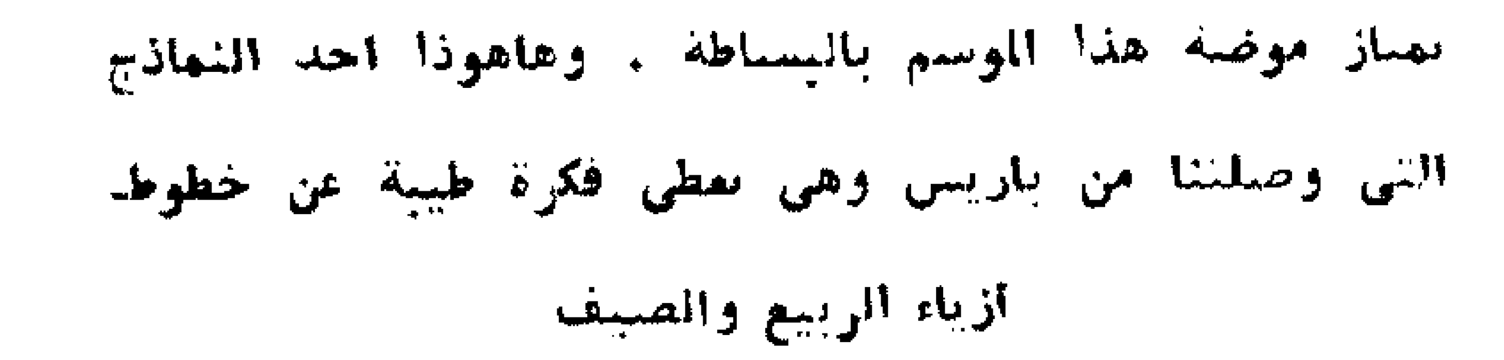
د شاع استعمال هـذا الفولار في
ريس وها هي ذي عدسة مراسل بنت
نيل تلتقط هذه الصورة لفولار اصفر
طبوع بزخارف خضراء



لقد قدم صانع الاحذية المعروف
«الور» معروضاته لفصل الربيع
وقد لفتت الانظار هذا الحذاء
المصنوع من الشيفرو الابيض.
اما الكعب فهو من القش الملون
والمجدول .



ثوب للسهرة من مبتكرات بيوتات الموضة فى باريس



تمتاز موضة هذا الموسم بالبساطة . وهاهوذا احد النماذج
التي وصلتنا من باريس وهي تعطي فكرة طيبة عن خطوط
أزياء الربيع والصيف





تاير انيق لفصل الربيع . ويلاحظ أن الجاكيت ذات قلابات
عريضة واكمام تصل الى المرفقين . الجونيلة متوسطة السمة



كل شيء عن ريش الزينة



روز فالوا



جانيت كولومبيه

ان الريشة هي أساس تحلية قبعات الموسم . وهاهى ذى جانيت كولومبيه تقدم قبعة أطلقت عليها اسم «الجناح الكبير» ويلاحظ أن الريشة الكبيرة تحلى الجهة اليمنى من هذه التواء التى تنتهى بقاعدة مدببة مصنوعة بريش ملصوق اخضر واسود . أما الثوب فهو من تصميم مانجان .

وتقدم روز فالوا هذه الكاسكيت المصنوعة من القطيفة السوداء وقد حليت على الرقبة بفيونكة من القطيفة السوداء وقد غطيت القطيفة بالريش . أما البلوزة فهى لصانعة الازياء المعروفة مادلين فرامون .

مود أيه نانو تقدم قبعة وردية ورمادية من القطيفة . الثوب من مادلين فرامون

ويقدم جان بارتيه هذه البونيه ذات الكالوت العالية وقد نفذت بريش الديكة الحمراء .


مود ايه نانو



جان بارتيه

قبعة صغيرة تغطي الرأس من الخلف وقد حليت بريش الطيور



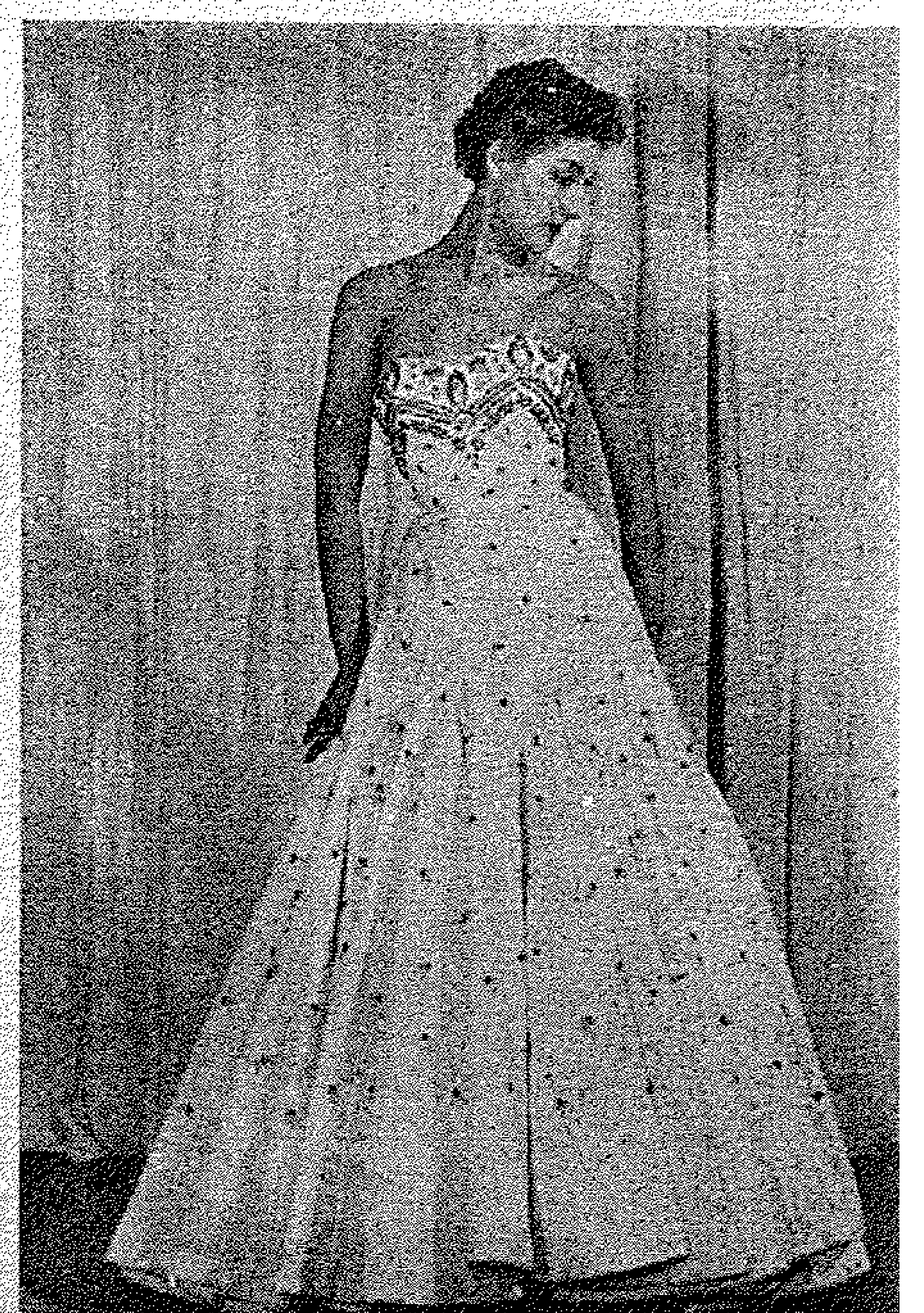


الرّبيع في ثياب السهرة

اعلى : ثوب للسهرة من التيل والجروجران المطبوع ابتكار بيير كلارانس

الى اليمين : ثوب من الفوال الايرلاندى المطرز بالرجان . تصميم مادلين فرامون

الى اليسار : ثوب من الاورجاندى الابيض تفصيل كارفن



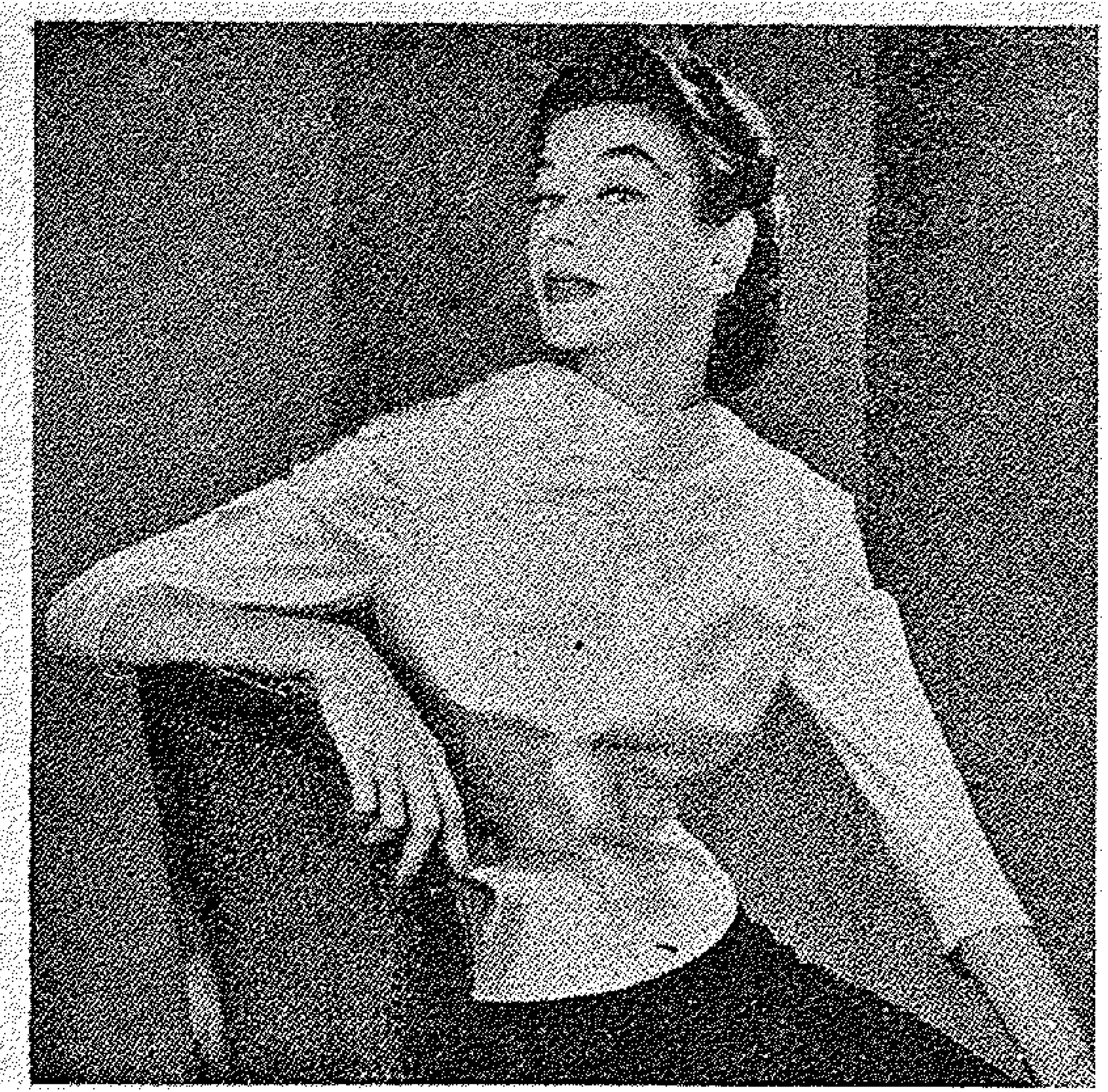
هوبير دى جيفنشى

بلوزات أول الربيع

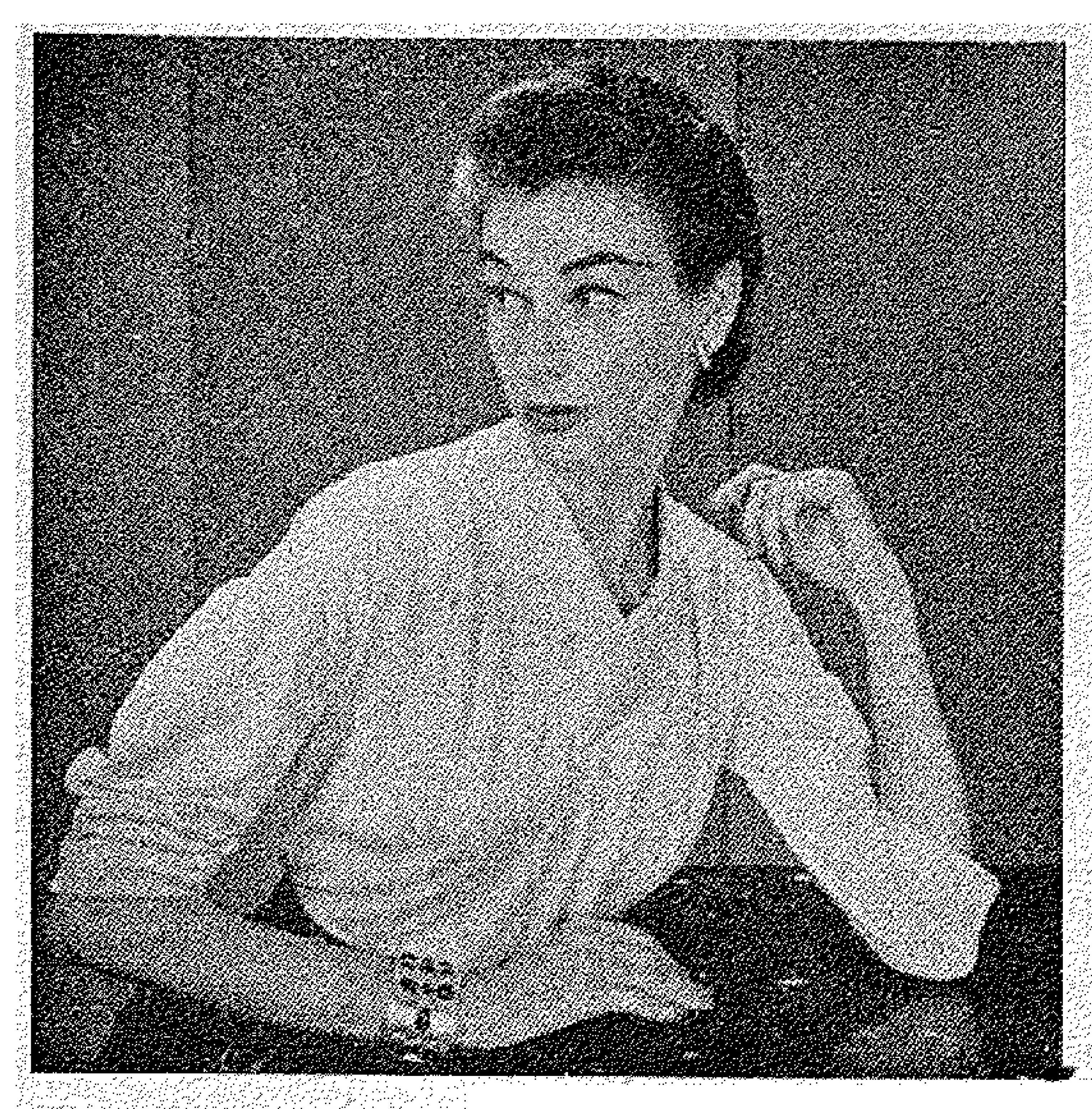
كريستيان ديور



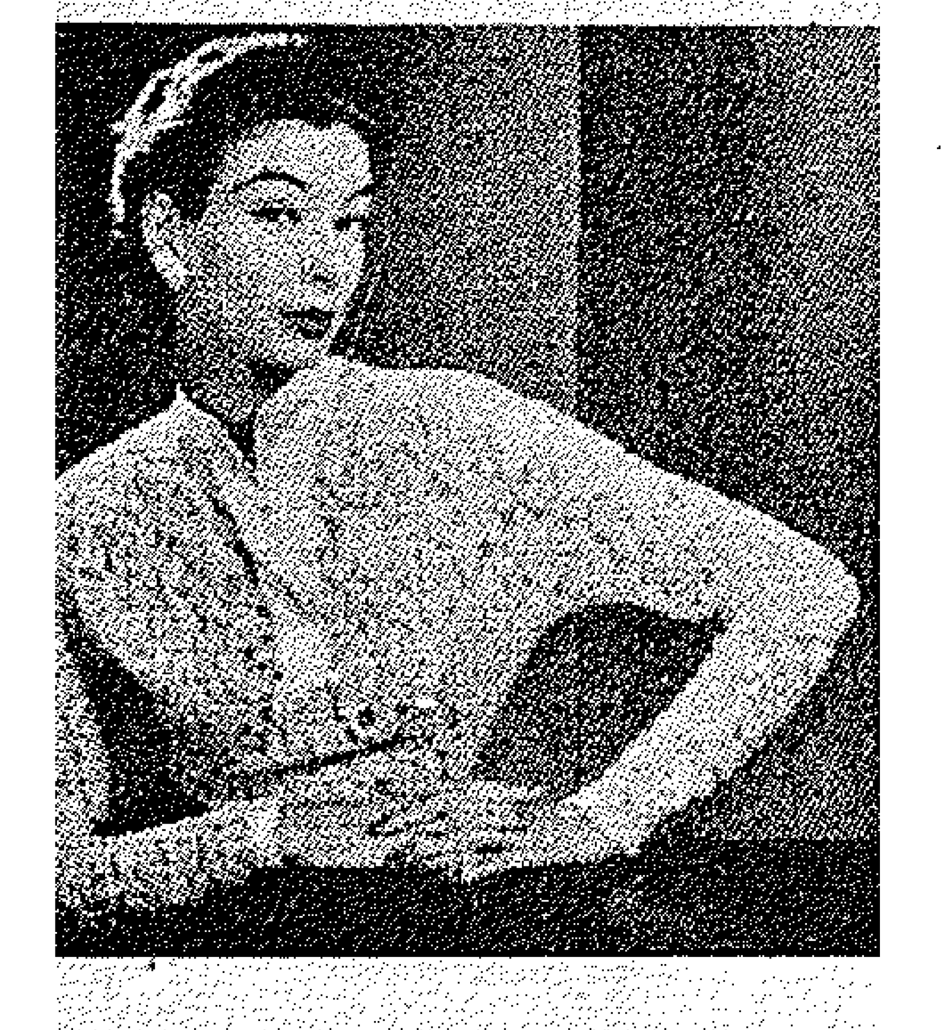
لقد تفنن صانعو الازياء هذا العام فى ابتكار البلوزات لانها خير ما يرتدى لفصل الربيع . ويلاحظ ان بعض تلك البلوزات قد انساب الى ما تحت الخصر كانها تونيكات . والصورة التى فى اعلى الصفحة لبلوزة من ابتكار هوبير دى جيفنشى ومن الموسلين الابيض وقد طرزت بالترتر الصغير الدقيق . اما كريستيان ديور فهو يفضل هذه البلوزة البيضاء البليسيه لرينيه هيرون المطرزة بالترتر الصغير . ويقدم ورث بلوزة من الساتان الابيض لبياتكينى



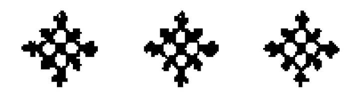
ورث



سكيابارللى



فريه بديكولتيه عميق فى الظهر . ويعرض سكيابارللى بلوزة مصنوعة من الجرسيه الحرير الاصفر لمارسيل جيمان بكشكشة عند الكتفين . اما جاك جريف فهو يعرض بلوزة من الدانتيل الصوف الابيض الديكولتيه محلاة بالساتان .





هرميس

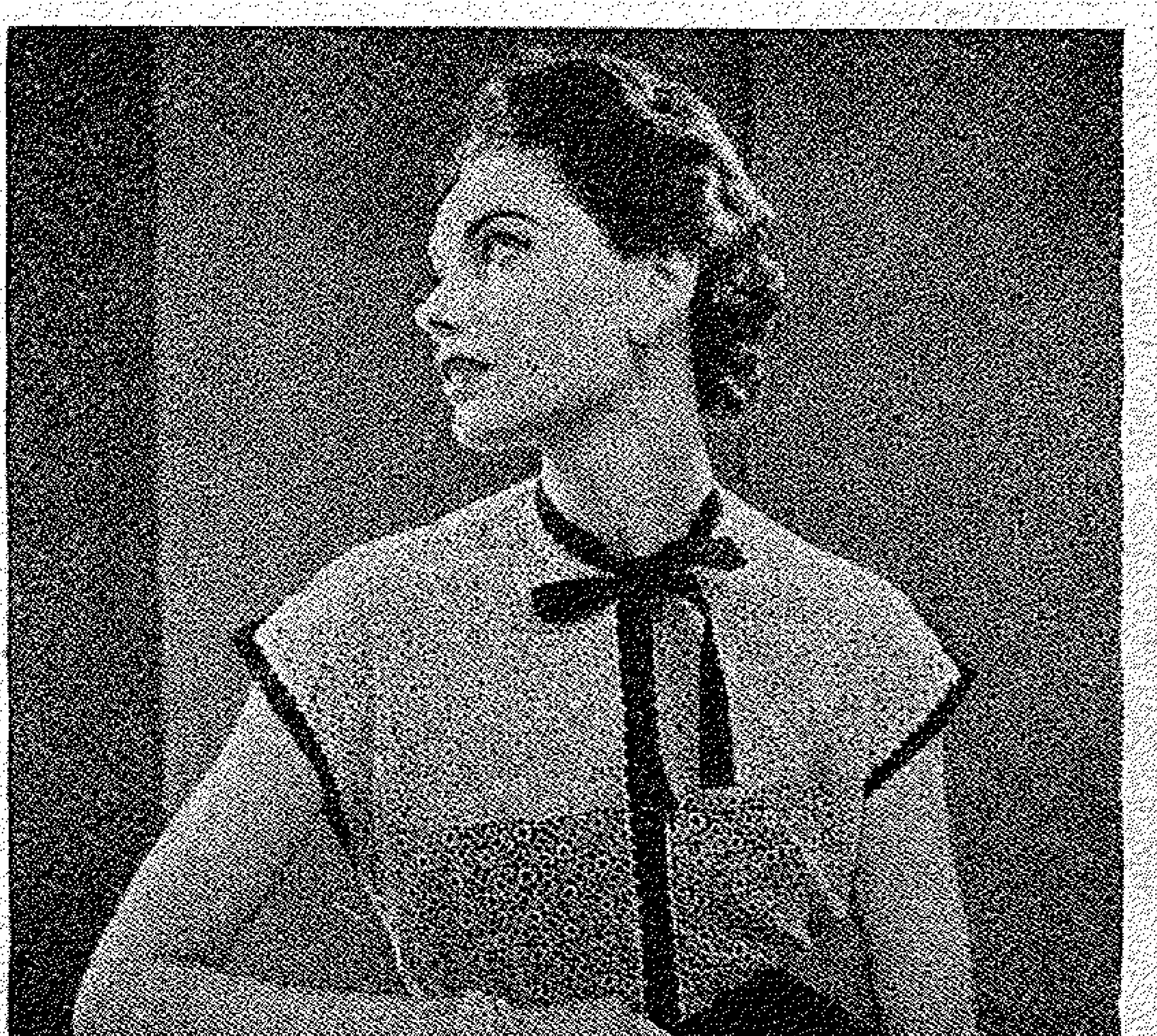


ويقدم هرميس بلوزة من الساتان القطيفة لستارون وهى من اللون الازرق والبنى . وتعرض مادلين دى روش بلوزة زرقاء باهتة ومن الكريب صنع ميير محلاة بقطعة سوداء فى الوسط . واخيرا تبتكر لولا بروساك جيبور لبيير بريفى محلاة بشريط من الجروجران . اما الفويشة فهى من تصميم جريبوا

مادلين دى روش

لولا بروساك





لحفلات المساء

ثوب لحفلات المساء بديكولتيه وأكمام جابونيز

يقدم سكياباريللي هذه البلوزة المصنوعة من التول الابيض والموشاة بخيوط الفضة على قاعدة من لون البرتقال . اما الجونيلة فمن الفاى الرمادى



لقد حلى مانجان هذا الثوب العريض المصنوع من التول الاسود باشرطة من الساتان الاسود . ويلاحظ ان الكورساج المصنوع من التول يكشف عن جمال الكتفين

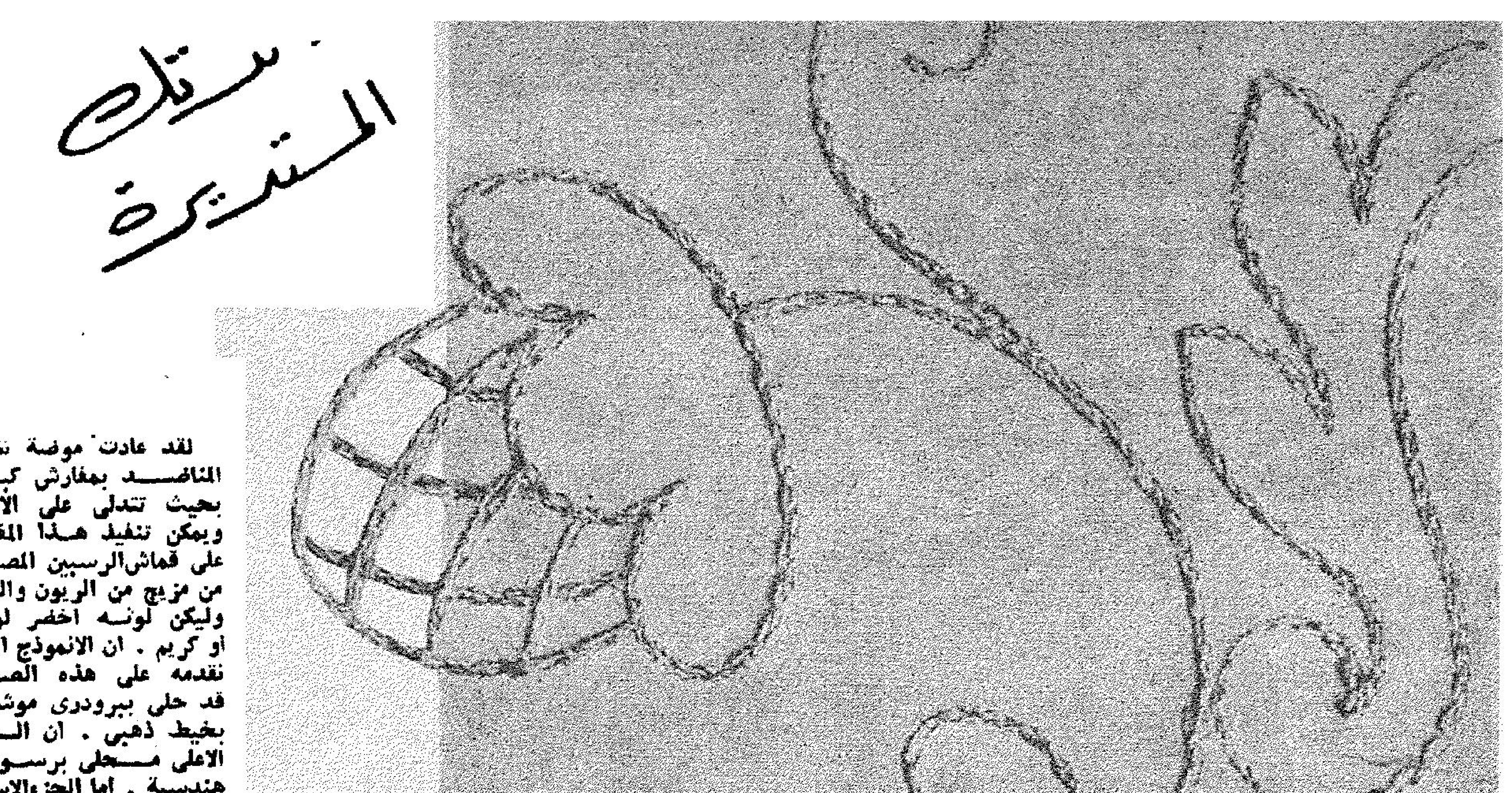


من قماش البيكة




فى حفلة العرض الاخيرة التى اقامها صانـــع الازياء المعروف بيير بالمان ، استرعى النظر هنا الريدنجوت المصنوع من قماش البيكه البيج وهو كما يلاحظ يتفق مع جو الربيع الجميل

ـتك المستديرة



لقد عادت موضة تغطية المناضد بمفارش كبيرة بحيث تتدلى على الارض ويمكن تنفيذ هذا المفرش على قماش الرسبين المصنوع من مزيج من الريون والقطن وليكن لونه اخضر لوزى أو كريم . ان الانموذج الذى نقدمه على هذه الصفحة قد حلى ببرودرى موشاة بخيط ذهبي . ان الجزء الاعلى محلى برسومات هندسية . اما الجزء الاسفل

مفرش للصواني



ليس هناك اسهل من تطريز المفارش الصغيرة . ان الانموذجين اللذين نقدمهما على هذه الصفحة مستطيلا الشكل.

وقد صنع الاول منهما من الكتان السميك الابيض وقد حلي بزخارف مكررة طرزت بغرزة الفرع وغرزة العقدة . امـا الدانتيلا التي تحلي الاطراف فقد ركبت بغرزة الكوردوني

والمفرش الثاني مصنوع من الكتان والفيبران الازرق الفاتح . وقد طرز كله بخيط الكوتون برليه غرزة الفرع . وركبت الدانتيلا بغرزة الكوردونيه

ملحوظة : مساحة المفرش الاول ٤١×٦٢ سم
مساحة المفرش الثاني ٣٢×٤٨ سم

بنت النيل في شئون منزلك

س – اقترب فصل الصيف وأصبح على الابواب واريد ارشادى الى الطريقة المثلى لخزن ملابسي الشتوية وكذا الفرو الذى أملكه حيث ان جميعها ثمينة وغالية وأخشى تلفها اذا ما حل الشتاء القادم ان شاء الله ..

ج – يمكنك خزن ملابسك الصوفية والمحافظة عليها وعلى جمال رونقها طول فصل الصيف دون أن تخشى العثة عليها اذا اتبعت الآتى :

أولا – ملابسك الصوفية

من العبث خزنها وهى قذرة فالاوساخ اذا تركت عليها طول هذه المدة تلتصق ، بأنسجة الاقمشة وتكون سببا فى اتلافها فنصيحتى لك أولا قبل خزن أى فستان أزيلى البقع من عليه واغسليه اذا كان قماشه قابلا للغسل بالماء والصابون متبعة فى ذلك الطريقة الصحيحة التى سبق أن أرشدت اليها فى غسل الصوف . ثم يعصر ويجفف جيدا ويكوى أو أتركيه دون كى . أما فى الفساتين الغير قابلة للغسل بالماء والصابون فتغسل بالبنزين وتترك معلقة فى الهواء الطلق المدة الكافية لازالة الرائحة .

ثم تطوى هذه الفساتين مراعية وضع أوراق شفافة بين كل طية وأخرى ورشى بينها طبقات خفيفة من النفتالين المسحوق أو اذا كانت ذا ألوان فاتحة يخشى أن يؤثر عليها النفتالين فاعملى لفات متعددة من النفتالين بربط قليل منه فى قطعة شاشة وتلقى بين الفساتين وبعضها . ثم تعلق الشنطة أو الدرج الذى سيحفظ فيه الملابس غلقا محكما بشرط ألا يتسرب الهواء أو الاتربة داخله . ويمكن لزيادة الاحتياط تغطية هذه الملابس بأوراق الجرائد منعا لتسرب الاتربة التى تساعد على وجود العثة .

كذلك فى البطاطين : اغسليها جيدا كما فى الطريقة المتبعة فى الصوف واحفظيها نظيفة بالطريقة السابقة .

أما الفرو فأنصحك بأن تعهدى بحفظه الى محلات الفرو الاخصائية لحفظه فى الثلاجات الخاصة . أما اذا كنت فى مكان لا يوجد به هذه المحال . فاحفظى الفرو فى كيس قماش كبير بعلاقة . ثم ضعى داخله ربطة بها وحدات كثيرة من كرات النفتالين وحبات من الفلفل الاسود . ثم اربطى الكيس ويعلق فى دولاب ملابس بعيدا عن الاتربة والهواء

السجاجيد :

نظفيها من الاتربة تماما وأزيلى ما بها من البقع ، ثم نظفى الاماكن القذرة بدعكها بقطعة قماش مبللة فى الماء الدافىء ومذوب الصابون . ثم اشطفيها بماء دافىء بنفس الطريقة ثم ادعكيها بقطعة قماش جافة لامتصاص الماء . وتترك معرضة للهواء حتى تجف تماما :

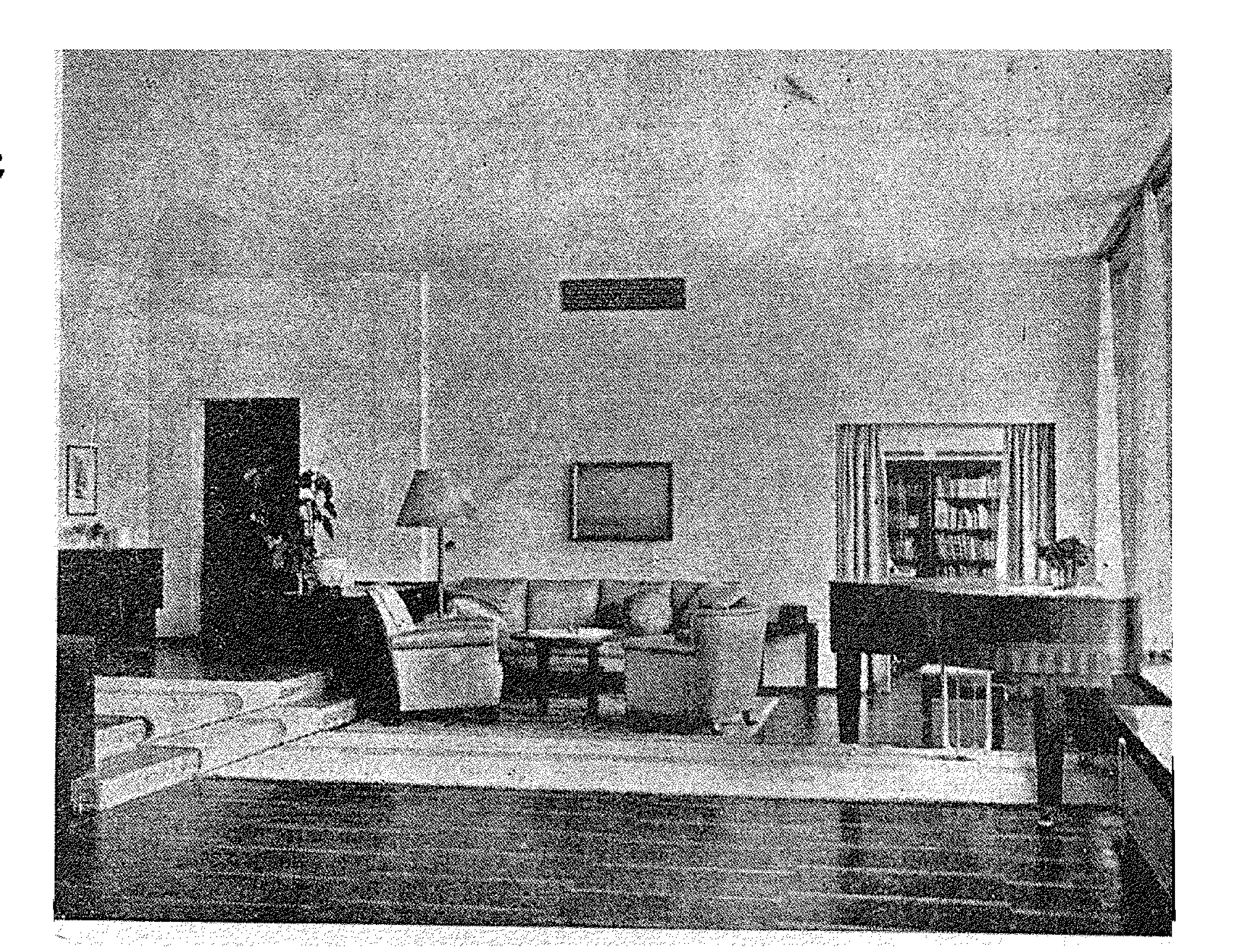
رشى سطحها بمسحوق النفتالين وتطوى . أو يبل ورق الجرائد بالغاز ويفرد فوق سطح السجادة وتطوى بشرط أن تكون الجرائد المبللة بالغاز بين طيات السجادة وتحفظ فذلك كفيل بمنع العثة طول مدة الحفظ .

عوامل السّعادة بالمنزل

للمهندس المعمارى

سعد زغلول ابراهيم

الخبير لدى المحاكم



براعة المهندس المعمارى لها حدود فى التصميم الداخلى - وتوزيع الغرف وعلاقتها بمستلزماتها - وفى رسم الواجهات واعطائها الجمال المعماوى وفى توزيع الاضاءة والتهوية عليها .

وتظهر بعد هذا مقدرة صانع الزخرفة وله ضلع فى التنسيق الداخلى للمنزل ، وعليه توزيع الزخارف المتفقة فى المنزل الواحد .

وتأتى بعد هذا العوامل الرئيسية للشعور بالسعادة بالمنزل وتتوقف على :

البساطة :

وهى من أهم العوامل الباعثة على شعور السعادة بالمنزل ، البساطة فى ترتيب الاثاث ، والبساطة فى تركيب صور وتابلوهات الحوائط والبساطة المطلقة فى أنحاء الغرف وكمية الاثاثات .

الزهور :

وهى أول من يبعث السرور والبهجة فى المكان التى فيه ، فهى رمز من رموز التهنئة ، والسيدة التى تحب الذوق السليم وانطبعت عليه تزرع الزهور اما فى حديقة منزلها أو فى أحواض زهور تركب فى فراندات المنزل ، وتصنع من الخشب وتطبق بالزنك .

ولا يفوت المهندس الفنان أن يضيف أحواض زهور من المبانى تطل على الفراندات أو على نوافذ مفتوحة كالمبينة بالصورة المرفقة .

وتنتقى السيدة نوع الزهور بعد دراسة كاملة لروح الموبيليا وجو كل غرفة ونوع الفازات الموجودة عليها حتى تكون ألوانها وأشكالها متناسقة معها . ولا يجب أن تحوى الغرفة أو الصالة أكثر من باقة واحدة حتى لاتتزاحم ونشعر كأننا فى احتفال ، وألا تنسى وضع الباقة الرئيسية بمدخل المنزل .

التناسق :

نتيجة الذوق السليم فى توزيع أجزاء المنزل وهذا التناسق وتنظيم الغرف بذوق عال لا يتأتى عن دراسات فى مدرسة . هو فن لا يعلم من كتاب. ولكنه ملكة وموهبة طبيعية ، فعلى سيدة المنزل أن تهذب هذه الناحية فى نفسها حتى يكون منزلها قبلة زوجها خصيصا اذا كان من رجال الاعمال .

اختيار الاثاث :

أصبحنا فى عصر تتفاوت فيه المشاعر والاذواق، نتيجة لتباين العادات ، فهناك من يرغب الموبيليا المودرن أو الروستيك . العربى أو الفرعونى . ولكن يجب أن نعلم أولا أن موبيليا الفيلا تختلف عن موبيليا ساكن العمارات ، فالاولى يجب أن تفصل رسوماتها حسب رسومات الفيلا نفسها ، ويتدخل فيه هذا المهندس المعمارى الذى وضع تصميم الفيلا ، أما فى حالة شقق السكن . اذا كانت فى قلب المدينة حيث وسط التجارة والصناعة . فيجب أن تكون الموبيليا من النوع المودرن الخالى من الزخارف والحلايا الكثيرة والكرانيش وتستبعد الموبيليا المذهبة فى هذه الحالة .

وللسكن فى الاماكن الهادئة حق اختيار موبيلياه من النوع الرستيك ليتكافأ مع هدوء المكان بنوع من الموبيليا الثقيلة ، ويتقدم هذا دراسة الغرف واتساعاتها ومواقعها واتصالها ببعضها قبل شراء الاثاث .

الالوان :

ألوان الغرف هو أول ما يستلفت النظر ويؤثر تأثيرا كبيرا باطنيا فى نفسية الانسان ، فاللون الاصفر يريح النفس ويهدىء الاعصاب ، ويخصص غالبا لغرف النوم . والاخضر يبعث البهجة ويصلح لغرف السفرة لنأكل بشهية ، أما اللون الاحمر فلون صاخب ثائر يصلح للصالون الخاص بالاجتماعات والاستقبال ..

وفى العدد القادم تكملة عوامل السعادة بالمنزل .

المهندس المعمارى
سعد زغلول ابراهيم



بول أوفر لصغارك

بول اوفر لطفل في سن الثامنة :

هذا النموذج امريكى لبول اوفر للرياضة يمتاز باكمام ترواكاروياقة مشغولة بغرزة الاستك الانجليزية . ويلاحظ أن البول أوفر مشغول باللونين الاخضر والرمادي أو الرمادى والاحمر ويمكن للبنات والصبيان ان يلبسوه .

الغرز المستعملة :

غرزة الاستك البسيطة : غرزة بالعدل وغرزة بالمقلوب
غرزة الجرسيه : صف بالعدل وصف بالمقلوب .

غرزة الاستك الانجليزية : على عدد زوجي من الغرز : الصف الاول ، على عدل الشغل: اشتغلي جميع الغرز بالعدل ، الصف الثانى : اشتغلي جميع الغرز بالعدل، الصف الثالث : (×) غرزة بالعدل اشتغلي الغرزة التالية بالعدل لا كالعادة في الغرزة الموجودة فى الابرة الشمال ولكن بغرز الابرة فى الغرزة المقابلة للصف السابق (×) كررى دائما هذا الصف الثالث (ان الصفين الاولين تستخدمهما فقط كقاعدة) .

استعملي ابرة رقم ٢ وابرة رقم ٥ر٢

٢٠ غرزة جرسيه تساوى ٦ر٦ سم
٢٠ صفا جرسيه تساوى ٤ر٦ سم
٢٠ غرزة أستك الانجليزية يساوى ٨ر٢ سم
٢٠ صفا يساوى ٣ سم

الامام :

ابدئى من أسفل ٠ ركبى ٩٠ غرزة خضراء على الابر رقم ٢ ٠ اشتغلى ٦ سم من غرزة الاستك البسيطة ٠ اكملى بالجرسيه الرمادى بالابر رقم ٥ر٢ مع توزيع ١٦ زيادة على الصف الاول ٠ اشتغلى ١٨ سم ثم اسلتى من كل ناحية لحردة الاكمام ، كل صفين ثلاث غرز وغرزتين و٥ مرات غرزة واحدة ٠ وعلى ارتفاع ٢٧ سم اقسمى الغرز الى قسمين فى النصف أتركى فى الانتظار ال ٤٣ غرزة التى الى اليسار ولا تستمرى الا على غرز اليمين مع العمل الى اليسار للديكولتيه تنقيصة قدرها غرزة واحدة (اشتغلى غرزتين معا) ، وقبل غرزة اليسار الاخيرة كررى هذه التنقيصات كل أربعة صفوف ١٥ مرة فى الكل ٠ وفى أثناء هذا العمل وعلى ارتفاع ٣١ سم زودى الى اليمين ٤ مرات غرزة واحدة كل ٢ سم وعلى ارتفاع ٣٩ سم اسلتى على ٥ مرات ال ٣٢ غرزة الباقية للكتف ٠ خذى ال٤٣ غرزة التى فى الانتظار الى اليسار وانهى الجزء الاخر بالطريقة نفسها مع عكس الخطوات ومع العمل بعد الغرزة الاولى التى الى اليمين تنقيصات فتحة الرقبة هكذا فوتى غرزة دون أن تشتغليها اشتغلى الغرزة التالية واسلتى عليها الغرزة المفوتة ٠

الظهر

اتبعى الارشادات المعطاة للجزء الامامى ولكن مع حذف الجزء الخاص بالديكولتيه الى ارتفاع كلى ٣٩ سم ٠ أوربى حينئذ على ٥ مرات الى ٣٢ غرزة من كل ناحية للكتفين وعند التنقيص الثانى اسلتى ال٢٢ غرزة التى فى الوسط ولا تلمكى الا على غرز اليسار مع السلت الى اليمين فتحة الرقبة كل صفين مرتين غرزتين الى النهاية ٠ انهى الجهة الثانية بنفس الطريقة مع عكس الخطوات ٠

الاكمام

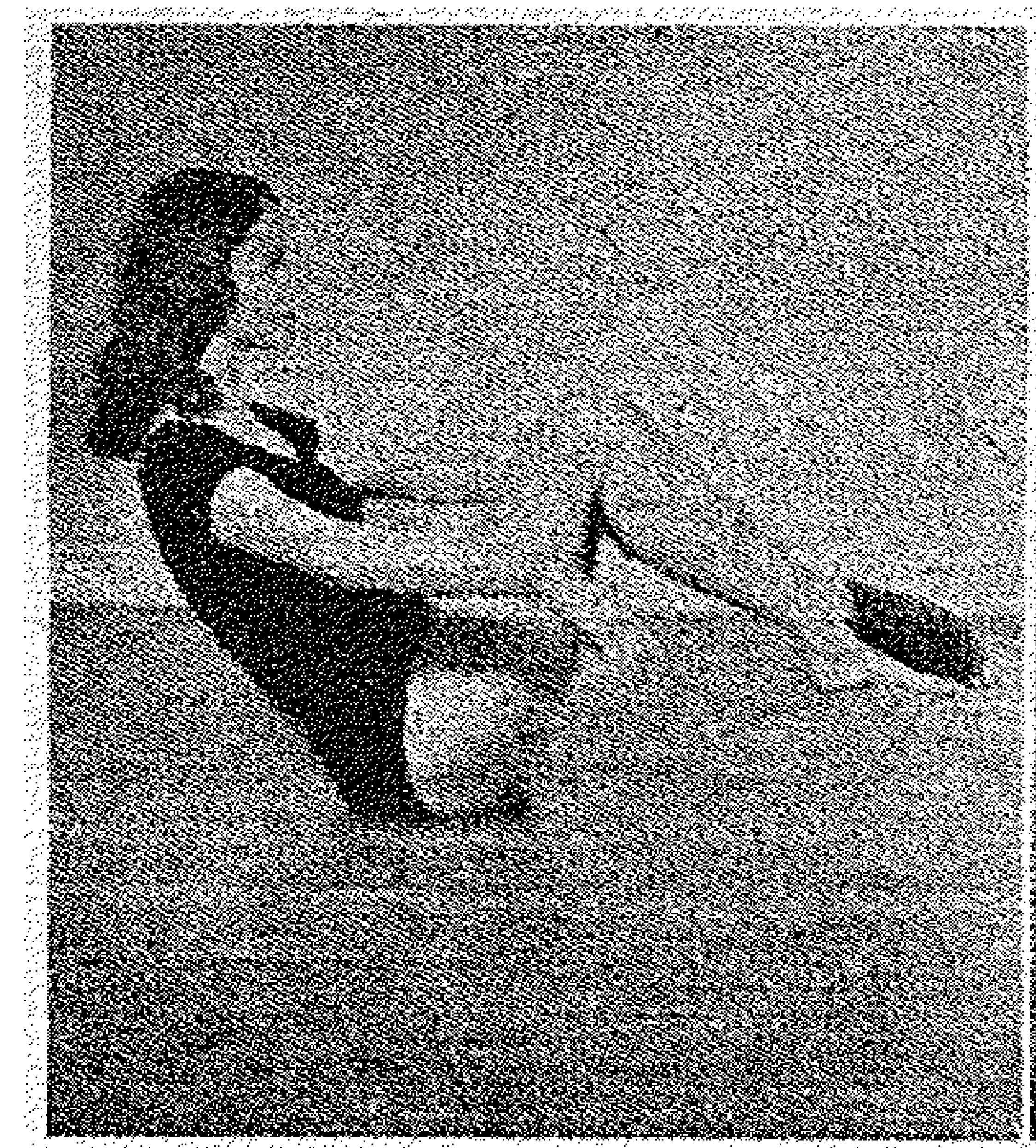
ابدئى بالقلابات ٠ ركبى ٩٨ غرزة رمادية على الابر رقم ٢ ٠ اشتغلى ٦ سم غرزة الاستك البسيط مع التنقيص من كل جهة ثلاث مرات غرزة واحدة كل ١سم ونصف استأنفى بغرزة الاستك الانجليزية على الابر رقم٥ر٢ بالصوف الاخضر مع توزيع ٣٨ تنقيصة على الصف الاول ومع زيادة من كل جهة ثمانى مرات غرزة واحدة كل ٥ر١ سم ٠ وعلى ارتفاع ٢٠ سم اسلتى من كل طرف للدائرة ثمانى مرات غرزة واحدة كل صفين و١٥ مرة غرزة واحدة كل أربعة أدوار ثم اقفلى بالعدل ال ٢٤ غرزة الباقية فى الوسط ٠

الياقة

ابدئى بالطرف الخارجى ٠ ركبى ١١٢ غرزة خضراء على الابر رقم ٥ر٢ واشتغلى بغرزة الاستك الانجليزية ٠ اعملى دورين بالعدل ، ثم اسلتى من كل جهة كل دورين ١٢ مرة بالتبادل غرزة واحدة وغرزتين و١١ مرة غرزتين ثم اقفلى بالعدل ال ٧٢ غرزة الباقية فى الوسط ٠ وبعد كى القطع المصنوعة بالجرسيه ركبيها وركبى الياقة ٠

استغنى عن الكورسيه

ان مجموعة التمرينات التي نقدمها لك على هذه الصفحة والصفحة التالية تهدف أن تكسب بطنك عضلات قوية . ان هذه الحركات فعلها كفعل تدليك البطن فهى تزيل طبقة الشحم وتنشط حركة الهضم



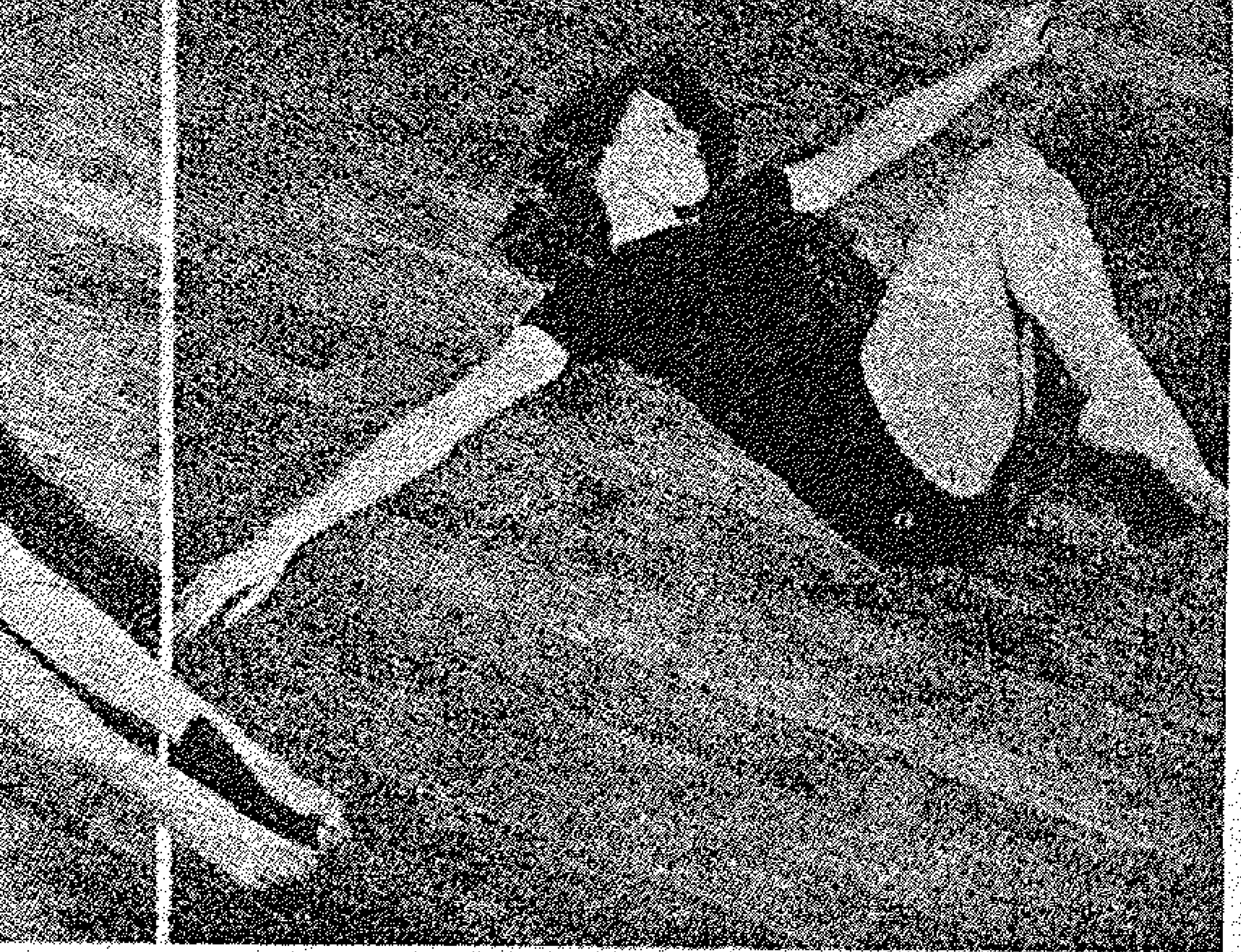


↑

التمرين الاول

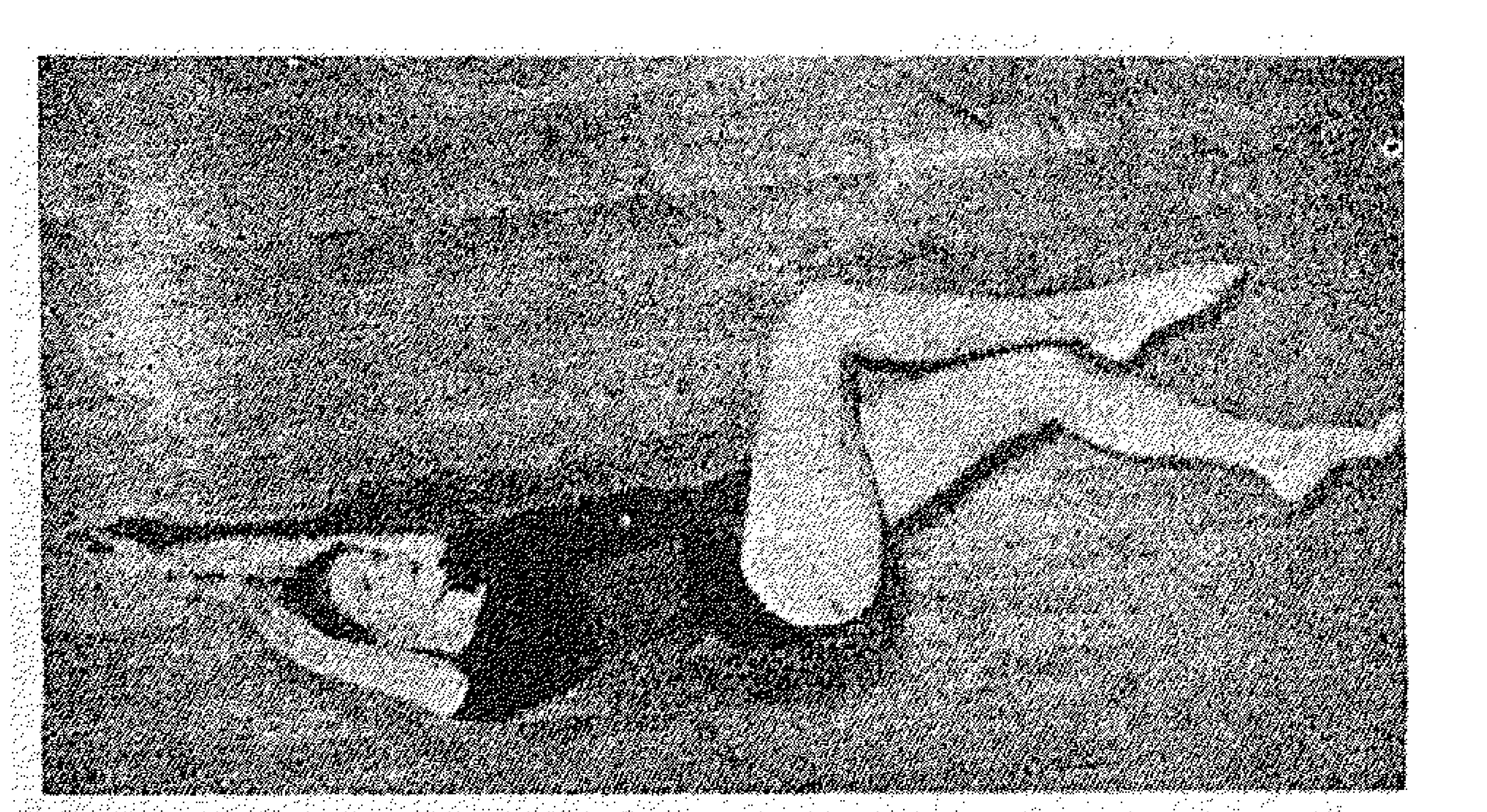
اجلسى على الارض مع ضم الساقين وثنيهما . ضعى حقيبة يدك على قدميك (ا) . اقذفى بالحقيبة فى يديك . وعند رفع القدمين (ب) احتفظى بالساقين فى الهواء





التمرين الثاني ←

استلقى على ظهرك مع فرد الذراعين على الجانبين ومدالساقين ورفعهما قليلا مع وضع الحقيبة بين القدمين . اثنى الركبتين ببطء الى اليمين ومرة الى اليسار فى مستوى سطح الارض ٤٠ مرات من كل جهة)



→

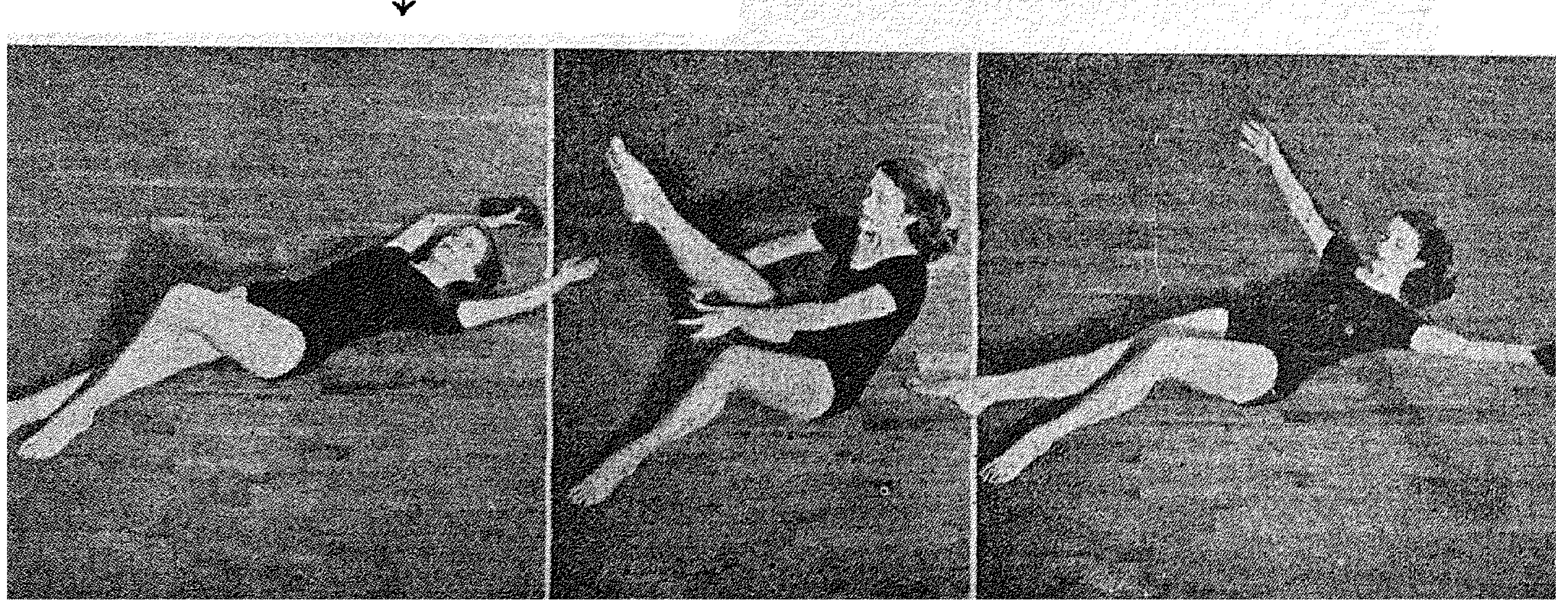
التمرين الثالث

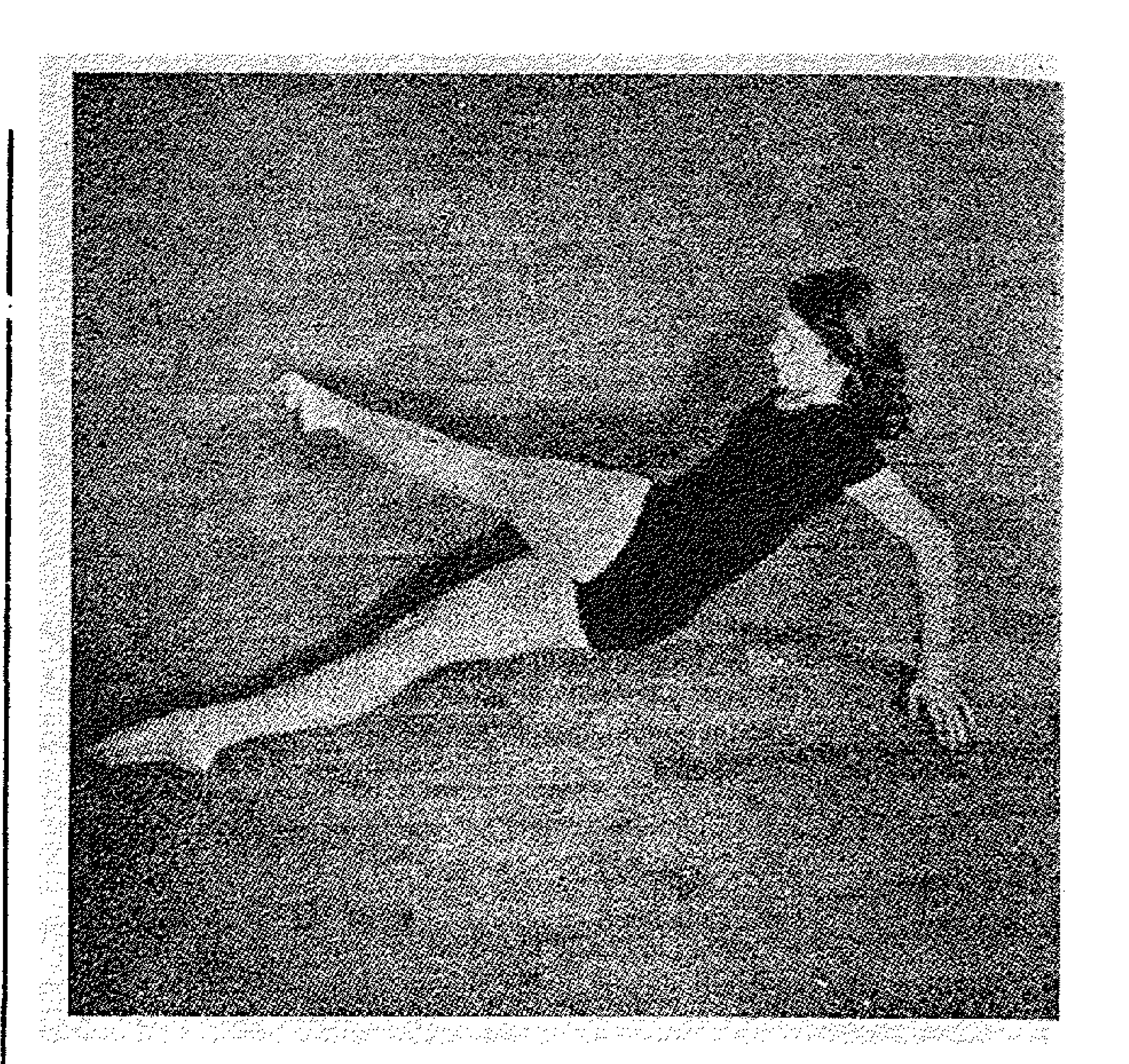
استلقى على جانب (انظرى الىالصورة) ضعى الحقيبة علىضلوعك الاخيرة . اعملى حركة زفير وحركةشهيق اعمق ما يمكن . يجب ان تشعرى بان الحقيبة ترتفع عندالشهيق وتنخفض عند الزفير (ثماني مرات)

التمرين الرابع

استلقى على ظهرك مع مد الساقاليمنى وثنى الساق اليسرى والذراعان فوق الراس والحقيبة فى اليد اليمنى . اجلسى بسرعة مع رفع الساق اليمنى وانقلىالحقيبة من يد الى يد تحت الساق المرفوعة . واستلقى ثانية وانقلى الحقيبة مرة اخرى من يد الى يد فوق الراس (٤ مرات من كل جهة)

↓





التمرين الخامس
اجلسى على الارض واستندى بيديك . ربعى الساق اليمنى على الساق اليسرى (ا) . وعند رفع الساقين على شكل حركة المروحة (ب) غيرى وضع الساقين بحيث تربعين الساق اليسرى أمام الساق اليمنى ثمانى مرات لكل جهة)





صحن اليوم

صينية البطاطس بدون لحم
سلطة خضار
فاكهة

صينية البطاطس بدون لحم

المقادير :

١ أقه بطاطس	ملح وفلفل
نصف رطل طماطم	قليل من الماء
٢ ملعقتان سمن أو زيت	٢ بصلتان كبيرتان

١ ــ خرطى البصل الى حلقات رفيعة ثم ادعكيه بالملح والفلفل جيدا وضعيه فى قاع الحله أو الصينية ·

٢ ــ قشرى البطاطس وقطعيه الى حلقات متوسطة السمك وترص فى الصينية فوق البصل ثم ضعى فوقه السمن أو الزيت ثم عصير الطماطم ·

٣ ــ غطى الاناء وارفعيه فوق النار الهادئة ويترك عليه حتى يتشرب البطاطس عصير البصل والطماطم ·

٤ ــ أضيفى قليلا جدا من الماء ويترك فوق النار الهادئة حتى يتم نضج البطاطس مع مراعاة اضافة قليل من الماء كلما احتاج الامر لذلك ·

٥ ــ عند التقديم يسخن وتقدم الصينية كما هى أو يغرف فى اطباق ويجمل بقطعة من المقدونس ويقدم ·

شكشوكة البيض

بيض بحسب عدد الآكلين	١ ملعقة كبيرة أرز
نصف رطل بصل	٣ ملاعق كبيرة سمن
٢ طماطمتان كبيرتان	ملح وفلفل وبهار

١ ــ قشرى البصل وافرميه بالسكين ثم حمريه فى السمن

٢ ــ أضيفى الفلفل والبهار وعصير الطماطم ويقلب ويترك الجميع على النار الهادئة حتى تتسبك الطماطم فأضيفى قليلا من الماء حوالى فنجان شاى ماء ·

٣ ــ اغسلى الارز ويضاف الى الخلطة السابقة ويترك على النار الهادئة حتى ينضج الارز مع اضافه قليل من الماء كلما احتاج الامر للاحتفاظ بجزء من الصلصة مع الخلطة : أضيفى الملح وأضبطى الطعم ·

٤ ــ كسرى البيض فوق الخلطة السابقة الواحدة بجانب الاخرى · ثم يترك الاناء على النار حتى ينضج البيض تماما ويجمد ·

٥ ــ عند التقديم يغرف فى طبق صينى عميق وزخرفى السطح بقليل من المقدونس المفروم ويقدم للاكل ساخنا ·

ملحوظة :
يمكنك عمل هذا الصنف فى الصينية أو فى أطباق الفرن الزجاجية الخاصة وتقدم للمائدة كما هى بعد تنظيف الاحرف

كيك الفاكهة

صنف لذيذ يمكنك تقديمه لزائريك مع فنجان من الشاى أو القهوة : ويضاف الى عجينته بعض الفواكه ·

المقادير :

٣ ملاعق كبيرة سكر بودره صغيرة)	قليل من الفانيليا أو مبشور قشر ليمونة
٣ ملاعق كبيرة زبدة (باكو	قشر لارنج مسكر } اذا رغب
٥ ملاعق كبيرة دقيق	قشر ليمون مسكر }
٥ ــ ٦ بيضات	٢ ملعقة كبيرة زبيب بناتى
قشر ليمونة	١ ملعقة شاى خميرة بيكنج بودر

الطريقة :

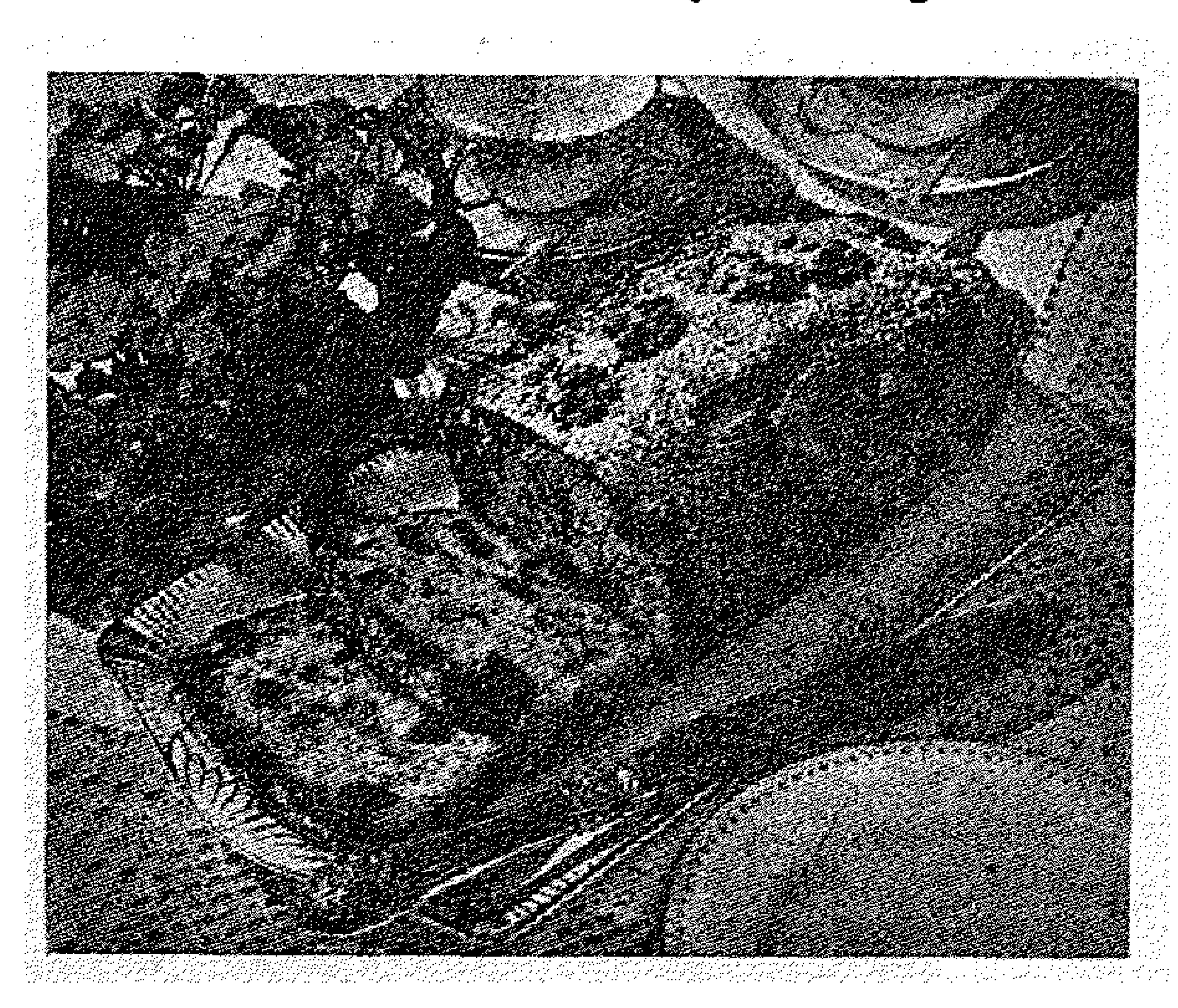
١ ــ اضربى الزبدة مع السكر ضربا جيدا بملعقة خشب حتى تصير خفيفة وهشة كالكريمة ·

٢ ــ أضيفى البيض ويضرب جيدا حتى يمتزج · ثم أضيفى جميع الفواكه المسكرة بعد تقطيعها الى قطع صغيرة مناسبة وتقلب مع مزيج الزبدة والبيض السابق ·

٣ ــ اخلطى الخميرة بالدقيق وانخليه ثم يضاف الى المزيج السابق ويقلب بالملعقة حتى تحصلين على عجينة يابسة نوعا لكنها سهلة النزول من الملعقة ·

٤ ــ ادهنى قالب كيك مستطيل بالسمن ثم بطنى قاعه وجوانبه بالورق الشفاف ثم تدهن هذه البطانة بالسمن جيدا ·

٥ ــ صبى العجينة فى القالب وتخبز فى فرن ساخن لمدة



١٠ دقائق بدون فتح الفرن عليها · ثم افتحي الفرن واعملي شقا طوليا بالسكين في العجينة بعد أن تكون يبست قليلا وذلك حتى لا تطق أو تنفجر الكيكة من الوسط مما يجعل منظرها غير حسن ·

٦ ــ هدئي نار الفرن وتترك الكيكه بها حتى تنضج لمدة حوالى نصف ساعة ·

٧ ــ تقلب فوق منخل سلك وتترك حتى تبرد تماما ·

٨ ــ عند التقديم ينزع الورق الشفاف المحيط بها وتوضع فوق طبق مستطيل وتقطع الى حلقات وتقدم كما هو موضح بالرسم ·

بسكوت جوز الهند

طلبت منى الكثيرات من حضرات قارئات بنت النيل ان أوافيهن بشرح طريقة عمل بسكوت جوز الهند وكيك الفاكهة نظرا لحلول عيد شم النسيم فى أبريل ·

المقادير :

نصف أقة دقيق	٣ بيضات
ربع رطل زبده	٢ ملعقتان كبيرتان مبشور
ربع أقة سكر بودره	جوز هند
	فانليا

الطريقة :

١ ــ انخلى الدقيق ثم أضيفى اليه الزبدة وقطعيها بالسكين الى قطع صغيرة ثم يفرك بأطراف الاصابع حتى تختفى الزبد فى الدقيق ويصبح مثل فتات الخبز ·

٢ ــ أضيفى جزءا من السكر وجزءا من مبشور جوز الهند واحتفظى ببعضه لرشه فوق سطح البسكريت ·

٣ ــ أضيفى البيض والفانيليا ويعجن به الدقيق والسكر وأضيفى قليلا من اللبن ان احتاج الامر حتى تحصلى على عجينة يابسة ملساء سهلة الفرد ·

٤ ــ افردى العجينة فوق لوح مرشوش بالدقيق الى سمك نصف سم ثم قطعيها بالقواطع أو بالسكين حسب رغبتك

٥ ــ يرص البسكوت فوق صاج أو صينية مدهونة قليلا بالسمن ثم ادهنى سطح كل بسكوته بقليل من البيض المربوب ويرش السطح بجوز الهند المبشور ·

٦ ــ تخبز فى فرن متوسط الحرارة حتى ينضج ويحمر

٧ ــ ضعى البسكوت فوق منخل سلك ويترك حتى يبرد تماما ثم احفظيه فى برطمانات أو علب محكمة الغطاء لحين الاستعمال ·

* * *

ملاحظة :

كونى مقتصدة فى ميزانيتك بان تستعملى بهريز العظم فى طهى خضرواتك اليومية مستغنية به عن اللحم ولو ثلاث مرات فى الاسبوع فبهريز العظم يعطيك نفس القيمة الغذائية الموجودة فى اللحم كذا يعطيك نكهة وطعم اللحم · أما اذا أردت أن تكون مائدتك متعددة الاصناف فقومى بعمل صنف من اللحم قائما بذاته بجانب الاصناف المذكورة كذا استبدلى الفاكهة بالحلوى أو اجمعى بين الاثنين ·

مصلحة البلديات

تقبل العطاءات بمجلس جرجا البلدى حتى ظهر يوم ٥ مايو سنة ١٩٥٣ عن عملية تعديل سور شارع البحر وتطلب الشروط والمواصفات من المجلس على ورقة تمغة فئة الخمسين مليما نظير دفع مبلغ ٣٠٠ مليما للنسخة وكل عطاء لا يرفق به تأمين ابتدائي قدره ٢٪ لا يلتفت اليه (٤١٥٥)

مجلس مديرية الجيزة

يطرح (١) مناقصة توريد الاغذية للمؤسستين لمدة سنة من اول يوليو سنة ١٩٥٣ — ويعيد (٢) مناقصة توريد ملابس ومفروشات وخامات اشغال الابرة (٣) ادوات مائدة ومطبخ (٤) خامات لورش المؤسستين (نجارة — نسيج — أحذية — خيرزان — سجاد — نقش) وتطلب الشروط. على ورقة تمغة فئة خمسين مليما نظير خمسمائة مليم للاولى وعشرين مليما لكل من الثانية والثالثة وثلاثين مليما للرابعة يضاف ستون مليما اجرة بريد وتحدد ظهر يوم ٢٥/٤/١٩٥٣ لفتح المظاريف (٤١٠٩)

مصلحة البلديات

تقبل العطاءات بمجلس جرجا البلدى حتى ظهر يوم ٥ مايو سنة ١٩٥٣ من عملية تعديل سور شارع البحر وتطلب الشروط والمواصفات من المجلس على ورقة تمغة فئة الخمسين مليما نظير دفع مبلغ ٣٠٠ مليم للنسخة وكل عطاء لايرفق به تامين ابتدائي قدره ٢٪ من قيمته لا يلتفت اليه (٤١٥٥)

وزارة الشئون البلدية والقروية
مصلحة البلديات — مزايدة

يطرح مجلس السنبلاوين البلدى في المزاد العلني من بيع براميل فارغة وقد تحدد ظهر يوم ٢٦/٤/١٩٥٣ موعدا للتزايد بديوان المجلس وعلى من يرسو عليه العطاء أن يدفع فورا ٢٠٪ من قيمة العطاء وتطلب الشروط والمواصفات من المجلس على ورقة تمغة فئة الخمسين مليما نظير مبلغ ١٠٠ مليم (٤١٤٨)

مجلس بلدى ابو تيج

تقبل العطاءات بمكتب مجلس بلدى ابو تيج لغاية الساعة ١٢ من ظهر يوم ٩/٤/١٩٥٣ من تكملة مبانى السلخانة والادوات اللازمة لها ويمكن الحصول على الشروط مقابل ٢٥٠ مليما يضاف اليه مبلغ ٣٠ مليما اجرة البريد وتقدم الطلبات على ورقة تمغة فئة الخمسين مليما (٤٠٨٠)

مجلس بلدى معصرة سمالوط

تقبل العطاءات بمجلس بلدى معصرة سمالوط حتى ظهر يوم ٢٥ مايو سنة ١٩٥٣ من توريد ٣٠٠ متر خرطوم تيل للاطفاء وتطلب الشروط والمواصفات من المجلس على ورقة دمغة فئة الخمسين مليما نظير دفع مبلغ ٢٥٠ مليما للنسخة الواحدة وكل عطاء لا يرفق به تامين ابتدائي قدره ٢٪ من قيمته لا يلتفت اليه (٤١٣٧)

تفتيش مباني مصر العليا الجنوبية
اعلان

تقبل العطاءات بمكتب تفتيش مباني مصر العليا الجنوبية بسوهاج لغاية ظهر يوم الاربعاء ٨/٤/١٩٥٣ عن توريد أدوات صحية لعملية منازل مستعمرة كهربة خزان اسوان وتطلب المستندات على ورقة دمغة فئة ٥٠ مليما نظير مبلغ ٣٦٠ مليما بخلاف ٧٠ مليما نظير نولون البريد. وعلى مقدمى العطاءات تقديم تأمين ابتدائي يوازى ٢٪ من قيمتها (٤١١٤)

اعلان

تقبل العطاءات بمكتب حضرة مدير ادارة الميزانية واللوازم بوزارة الداخلية لغاية ظهر يوم ٢٧ ابريل ١٩٥٣ عن مناقصة توريد اصناف مستهلكة وادوات النظافة واصناف اخرى لازمة للبوليس لسنة ٥٢/٥٣ ويمكن الحصول على شروط المناقصة من ادارة أسلحة ومهمات البوليس مقابل مبلغ ١٥٠ مليما يضاف اليه مبلغ ٣٠ مليما أجرة البريد وتقدم الطلبات على ورقة تمغة من فئة الخمسين مليما (٤١٣٥)

وزارة الشئون البلدية
مجلس بلدى مغاغة

تقبل العطاءات بمجلس بلدى مغاغة حتى ظهر يوم الثلاثا الموافق ٢٨/٤/١٩٥٣ عن توريد عدد ٤ لوحات رخام بالادوات الكهربائية المركبة عليها وتطلب الشروط والمواصفات من المجلس على ورقة دمغة فئة الخمسين مليما نظير دفع مبلغ ٢٥٠ مليم للنسخة بخلاف ٣٠ مليما اجرة البريد وكل عطاء لايرفق به تأمين ابتدائي قدره ٢٪ من قيمته لا يلتفت اليه (٤٠٧٧)

مستشفيات جامعة الاسكندرية

تقبل عطاءات بمكتب حضرة مدير مستشفيات جامعة الاسكندرية بشارع المستشفى الاميرى لغاية الساعة الثانية عشرة من ظهر يوم الاربعاء ٢٢ أبريل ١٩٥٣ من توريد اللحوم العجالى الصغيرة اللازمة للمستشفيات المذكورة فى المدة الباقية من السنة المالية التي تنتهى فى اخر يونيه ١٩٥٣ ويمكن الحصول على قوائم هذه المناقصة من المستشفيات المذكورة بالاسكندرية مقابل ٢٥٠ مليما لكل قائمة وكل عطاء غير مصحوب بتامين ابتدائي قدره ٢٪ من قيمته لا يلتفت اليه وتقدم الطلبات على ورقة تمغة فئة ٥٠ مليما (٤٠٩٢)

امتحن معلوماتك

(بقية المنشور ص ١١)

الاجابة الصحيحة

١) تحتمس الثالث
٢) اخناتون
٣) بابل
٤) البطالة
٥) ضيعة

طعامك في شهر ابريل

الاربعاء اول أبريل
سبانخ مكمورة بدون لحم أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة

الخميس ٢ أبريل
مسقعة قرنبيط ، أرز مفلفل ، سلطة خس ، فاكهة

الجمعة ٣ أبريل
كفتة بالدمعة ، خرشوف بالتربية ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة

السبت ٤ أبريل
باذنجان مقلى ، باذنجان بالخل والثوم ، سلطة زبادى ، فاكهة

الاحد ٥ أبريل
شكشوكة البيض ، مكرونة اسباجتي ، سلطة خضار ، فاكهة

الاثنين ٦ أبريل
(شم النسيم) : بطة أو وزه محمرة ، ملوخية ، أرز مفلفل دمعه ، فاكهة

الثلاثاء ٧ أبريل
فول أخضر بالسلق ، أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة

الاربعاء ٨ أبريل
بازلاء مكمورة ، أرز مفلفل سلطة طحينة ، فاكهة

الخميس ٩ أبريل
كفتة بالدمعة ، خرشوف بالتربية ، أرز مفلفل ، سلطة خضار ، فاكهة

الجمعة ١٠ أبريل
لحم بالدمعة ، خبازه ، أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة

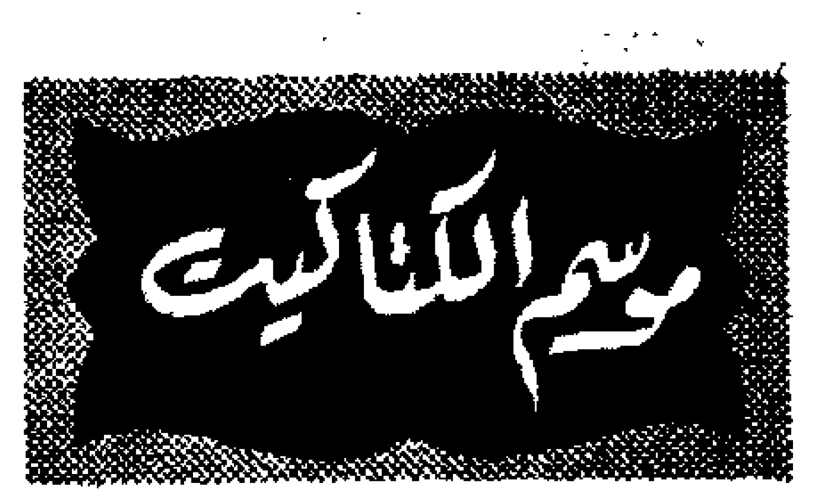
السبت ١١ أبريل
فاصوليا خضراء مكمورة ، أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة

الاحد ١٢ أبريل
لحم بالدمعة ، قلقاس بالخضرة ، أرز مفلفل ، سلطة طماطم ، فاكهة

الاثنين ١٣ أبريل
طعميه ، باذنجان مقلى ، سلطة طماطم ، فاكهة

الثلاثاء ١٤ أبريل
صينية باذنجان بصلصة البشاميل ، مكرونة بصلصة الطماطم ، سلطة خضار ، فاكهة

الاربعاء ١٥ أبريل
أرز مفلفل ، سلطة خضار فاصوليا بيضاء مكمورة ، فاكهة



لمبة غاز
القسم الأول
القسم الثاني
لوح زجاج
القسم الثالث
شبك سلك
فتحتان لتمرير الكتاكيت

يعتبر شهر مارس وأبريل أنسب الشهور لتربية الكتاكيت فهى فضلا عن انها تسلية وهواية تمدنا باللحوم البيضاء اللازمة لغذائنا بأقل التكاليف وأحسن الانواع الاجنبية التى تصلح للتربية فى بيئتنا المصرية .

رود أيلند ـ ليجهورن ـ بليموث روك

أما أحسن الانواع المحلية فهى :

الفيومى ـ الدندراوى

والكتاكيت يجب أن تربى فى مكان منعزل عن الدجاج بشرط أن يكون رحبا صحيا مع ملاحظة أن تكون أرضية المكان مفروشة بطبقة ناعمة من الرمل والتبن وأهم ما يجب مراعاته فى مكان التربية أن يكون طلق الهواء كثير الضوء وافر الدفء . كما يجب فرز الكتاكيت المريضة والهزيلة أولا بأول كذلك تجب ملاحظة عدم اخراج الكتاكيت من قفص التربية فى الايام المطيرة ، وكذلك قبل شروق الشمس

ولما كان الكتاكيت لا تتحمل البرد وجبت العناية بتدفئتها حتى تبلغ الشهر الثانى من عمرها حتى تستطيع أن تتحمل تقلبات الجو . وهناك نوع من البيوت الحديثة لتربية الكتاكيت فى شهرها الاول تسمى « الحضانات » وكل منها عبارة عن صندوق من الخشب مقسم الى ثلاثة أقسام غير متساوية القسم الاول يعلوه خزان من الزنك مملوء بالماء الساخن لتنظيم درجة الحرارة وان لم يتيسر الخزان يمكن وضع مصباح عادى « لمبة غاز » محاطة بحاجز من السلك ومدخنة تعلو سقف الحضانة فتشع الحرارة لتدفئة الكتاكيت فى الاسبوع الاول . والقسم الثانى يتصل بالاول بفتحة صغيرة تصل القسمين بعضهما ببعض من أسفل ويغطى هذا القسم سقف من الزجاج وبعد تمضية الاسبوع الثانى تنقل الكتاكيت الى القسم الثالث وهو عبارة عن حوش مغطى بالسلك .

تغذية الكتاكيت

ان الكتاكيت تخرج من البيض مختزنة كمية من الغذاء تكفيها يومين دون حاجة الى أى غذاء ولكن يحسن أن يقدم لها بعض الحصى الرفيع أو الرمل تلتقطها وتختزنها فى حوصلتها لتكون أداة لطحن الغذاء . وفى اليوم التالى نعطى الكتاكيت غذاءها التمهيدى ويكون من حبوب القمح المنبتة التى أعدت من قبل فتصبح سهلة الهضم . أما اليوم الرابع فتعطى الكتاكيت غذاءها الاساسى وهو مكون من التالى :

٢٥ ٠/٠ نخالة القمح الناعمة «الردة»
٢٥ ٠/٠ من القمح المطحون
٢٥ ٠/٠ من الذرة المطحونة
٢٥ ٠/٠ من الفول أو الفاصوليا أو البازلاء أو العدس المطحون

ويستحسن اضافة مسحوق العظام بكمية تعادل ٥ ٠/٠ من مكونات المخلوط الغذاء . ولا يفوتنا تغذية الكتاكيت باللبن الفرز أو الشرش . فهو يمد الكتاكيت بالبروتين الحيوانى والفيتامينات كما يعطيها مقاومة ضد بعض أمراض الدواجن وان لم يتيسر اللبن الفرز يستعاض عنه بالبيض فتعطى بيضة مسلوقة لكل ١٠ كتاكيت . والخضروات ضرورية لتغذية الكتاكيت لانها سهلة الهضم وتحتوى على الفيتامينات والاملاح وغيرها من المركبات الغذائية وأهم هذه الخضروات البرسيم وهو موجود بوفرة فى موسم الكتاكيت أو أوراق الخس ويجب تقطيعها قطعا صغيرة قبل تقديمها .

الامراض :

وأهم الامراض التى تصيب الكتاكيت خصوصا فى مبدأ تربيتها مرض الاسهال الابيض الذى يعرف بهزال الكتكوت وانتفاش ريشه وارتعاشه كما ان افرازات الكتكوت تكون بيضاء كريهة الرائحة دامية والعلاج يكون بحجز الكتاكيت المريضة والمصابة ووضع كمية من دواء «سلفاميزاتين» بنسبة ١٢٫٥ جرام لكل لتر ماء « ماء الشرب » ويجب مراعاة النظافة التامة فى أماكن التربية وغسل أوانى الشرب وحمايتها من الطيور الكبيرة والحيوانات الاخرى .

على عبد اللطيف شعبان
مدرس بمدرسة الجيزة
الابتدائية الثانوية




استيقظ خالد في الصباح وارتدى ثيابه ، ثم جلس الى المائدة يتناول فنجان الشاي وطعاما خفيفا قبل ذهابه الى مقر عمله، ثم أمسك بجريدته الصباحية وأخذ يقلب في صفحاتها حتى وقعت عيناه في باب الاجتماعيات على نبأ عقد قران « تم عقد قران سلوى كريمة الدكتور ... » . والى هنا توقف خالد عن القراءة وسقطت الصحيفة من يده

أخذت الصور والذكريات تتزاحم في مخيلته الواحدة تلو الاخرى ... تخرجه من كلية التجارة ثم اشتغاله محاسبا لشركة ال.. الكبرى ابتعاده بطبيعته عن زملائه وزميلاته من موظفي الشركة واستمرار عزلته سنة كاملة الى أن حاول أحد زملائه اقناعه بالخروج من عزلته ، فاقنعه بعد جهد جهيد بالاشتراك في رحلة مع زملائه الى المعادي في يوم الاجازة الاسبوعية .

اكتشف خالد من أول زميله عصام بما كان يحدثه من ضجيج وقفشات كان هو نفسه أول من يضحك منها، وكانت مسافة الطريق كافية لان يجد عصام في خالد فريسة سهلة لقفشاته وسخريته . ومر الصباح متثاقلا كئيبا .

وعند تناول الطعام أحس خالد بأن عصاما قد زاد عن حده ، اذ كان يطيل النظر الى احدى الزميلات بشكل غير لائق بحيث ظهر عليها الضيق ، فاخذت تشيح بوجهها ، كما ظهر اشفاقها على خالد الغارق في خجله. واستقل الجميع قاربا بعد الظهر ، وازداد عصام في غيه وتجلى امتعاض الفتاة في حديثها ولاحظ خالد ذلك حتى انه لم يتمالك نفسه من الرد عليه . ولا يدري كيف تمكن من أن يكيل لعصام الصاع صاعين ، أكان ذلك انتقاما لكرامته أم من تأثير عبارات التشجيع التي كانت تزجيها له الفتاة التي علم ان اسمها سلوى من مناداة أصدقائها لها .

انتهت المبارزة الكلامية بهزيمه عصام وانزوائه حتى آخر الرحلة . ونشأ نوع من الود والصداقة بين سلوى وخالد . وتقابلا كثيرا بعد ذلك في أول الامر عند مدخل ادارة الشركة أو عند الخروج ثم تعددت المقابلات بينهما في نادي الشركة ورحلاتها المتعددة . وكان لابد وأن تنتهي هذه الصداقة والود الى النهاية المعروفة .

واستغلت سلوى فرصة عيد ميلاد خالد فأهدته هدية صغيرة كانت ذات قيمة كبيرة بالنسبة اليه لانها منها . وصمم هو على أن يرد اليها لها هديتها بقدر استطاعته وبعد الحاح وافقت سلوى على دعوته لها لتناول الغداء في نادي الشركة .

وكأنما عملت كل الظروف على أن تصل هذه الصداقة الى نهايتها الجميلة . فقد خلا النادي تقريبا من الاعضاء وكان الراديو يذيع قطعا موسيقية خفيفة حالمة نقلتهما من عالم الحقيقة الى أرض الاحلام والاماني . وأخذت أصواتهما الهامسة الحالمة تنتقل من موضوع الى موضوع ..

ـ فاكرة ياسلوى ازاى اتعرفنا ببعض ؟

ـ (ضاحكة) ودي حاجة تتنسى ! البركة في رذالة عصام خرجتك لنا من برجك العاجي .

ـ (مبتسما) تصوري اني دلوقت من الصعب على بعدك عني مجرد يوم ، خصوصا يوم الاثنين باحتج على حاجة أشوفك بسببها . بعد أجازة يوم الاحد الطويلة المملة .

ـ عجيبه يا خالد ان عندي نفس الشعور . معانه في الاول كانت أجازة يوم الاحد الواحد منا بينتظرها بفروغ صبر .

ـ البركه في عصام ياترى فين أراضيه ؟ .. شوف انت كنت متضايق منه قد ايه !

ـ سيبك منه بقى . بس أنا فيه حاجة كل ما فكر فيها بتضايقني

ـ ياترى ايه هيه ؟

ـ أنا خايف حانعمل ايه لو الظروف ماخلتناش نشوف بعض .

ـ ازاى ما نشفش بعض.

ـ افرضي اني اتنقلت الى فرع تاني للشركة .

ـ فال الله ولا فالك ياشيخ

ـ لا أنا قصدي ان احنا.

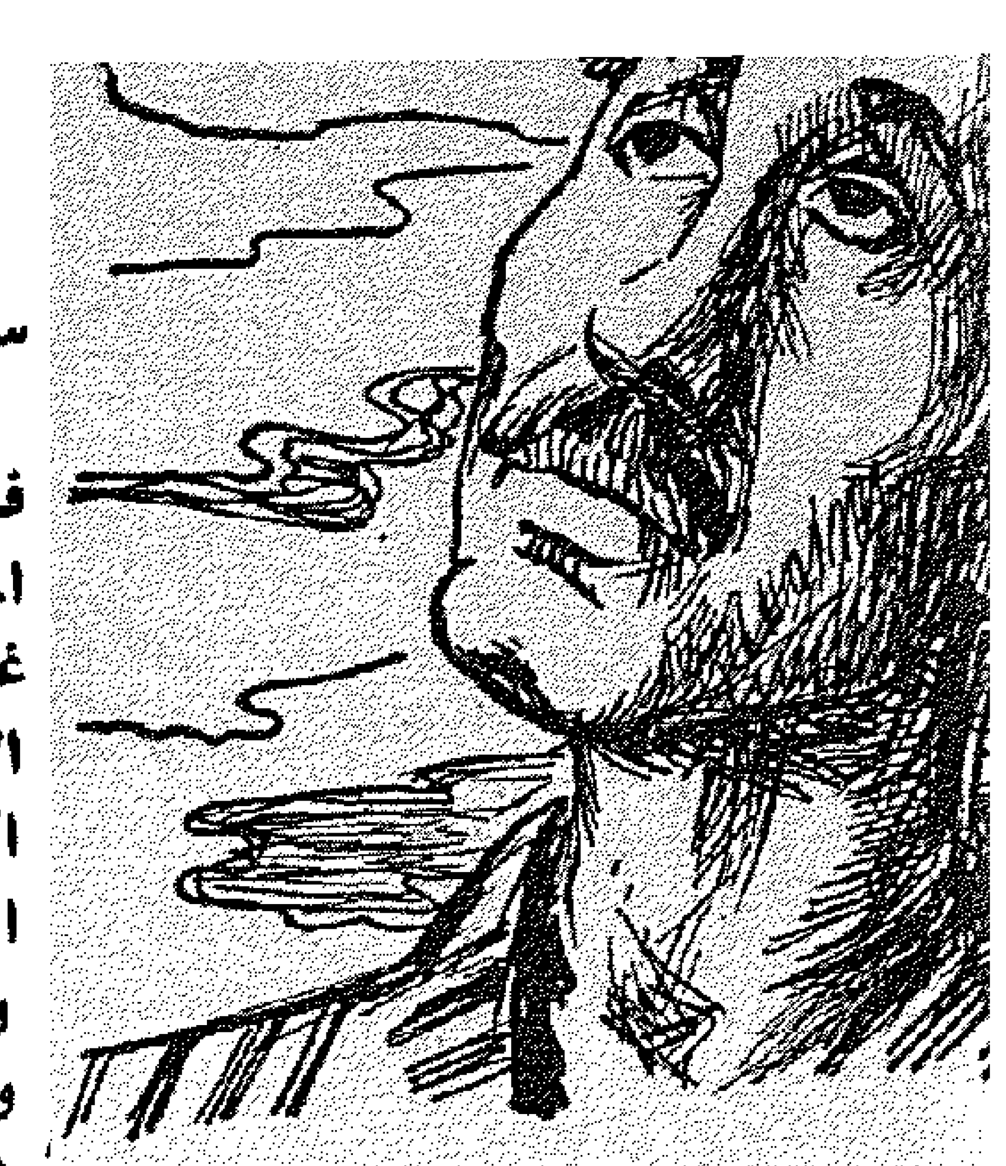
ـ احنا ايه اتكلم .

ـ (متلعثما) قصدي .. قصدي .. ان احنا لازم ما نفترقش عن بعض ، مانفترقش عن بعض أبدا . لازم نعمل حاجة تخلينا سوى على طول

ـ (خجلة ولكن مشجعة) نعمل حاجة ! حاجة ايه ؟

ـ قصدي ان النهاية الطبيعية لصداقتنا لازم تكون حاجة دايمة . حاجة تربطنا ببعض وما يقدرش حد يفرقنا أبدا ..

ومد خالد ليمسك يدها الموضوعة على المائدة بينهما فتركتها له ولم تحاول أن



تسحبها وران عليها صمت عميق .

— قصدي لازم نتجوز وعلشان كده أنا لازم اتعرف ببابا — واكون أنا عملت استعدادى .

— (ضاغطة على يده) أنا ياخالد بفضلك على الكل وأنا واثقةمن أنسعادتى حاتكون معاك .

وخرج الاثنان وهما فى سعادة غامرة . ولم تنقطع مقابلتها التى اتصفت بالاحلام والسعادة . وأخذت سلوى من جهتها تعمل على تهيئة الجو للنهاية السعيدة فدعت والدها لحضور حفل للشركة حيث تعرف بخالد وأعجب به لرزانته وارتاح اليه حتى دعاه بنفسه لزيارته فى المنزل . وأخذت الالفة تزداد بينهما خصوصا وان الرجل لم يكن له ولد ولا بنت غير سلوى . وأصبح خالد صديقا للعائلة يتردد عليها فى كل مناسبة .

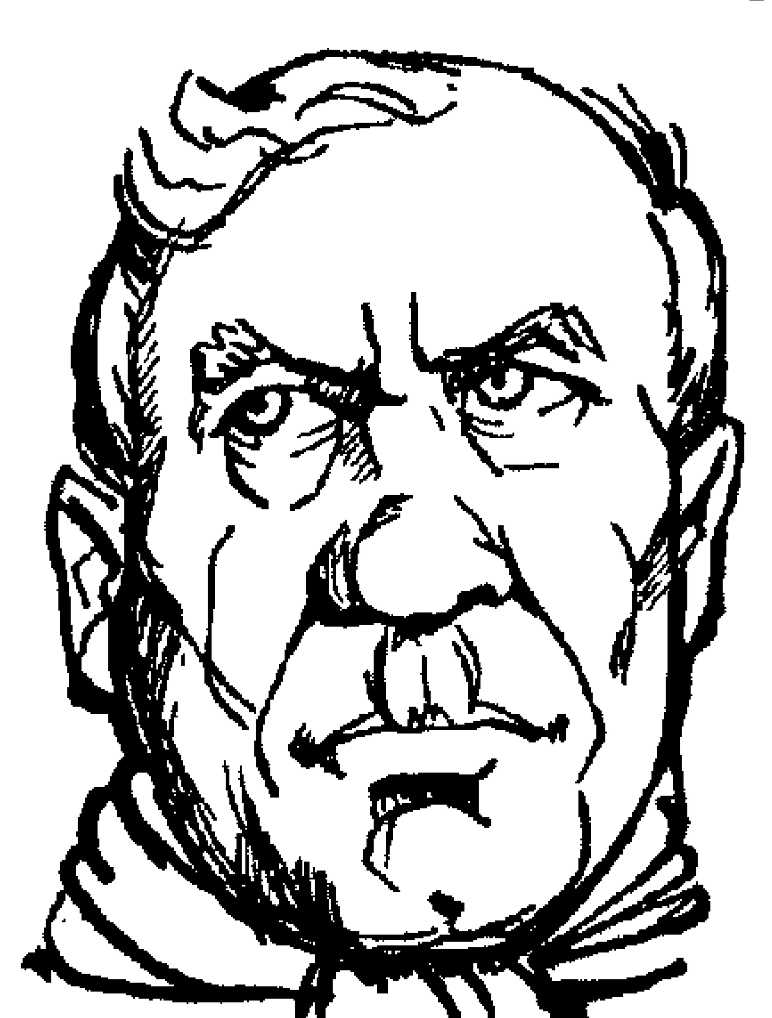
ومرت الايام حتى جاءت تباشير الربيع فأحس خالد بأنه قد بذل كل جهد استعدادا للخطوة المقبلة . وانتهز فرصة عرف أن الوالد سيكون بمفرده بالمنزل فاستعد لزيارته . وأخذ يعد ماسوف يقوله له ويخمن ردوده ، وكان التفاؤل طابع هذه الخواطر بالطبع .

وقبل موعد الزيارة بساعات كان خالد فى أبهى ثيابه يروح ويجيء فى حجرته دون أن يدرى سببا لهذا القلق الا تعجله لان ينهي كل ما يدور فى خاطره من خطط ستنظم حياته ومستقبله .

وأخيرا توجه الى المنزل فقابله الوالد بابتسامته المعتادة فقد كان لا يعرف عن غرض خالد شيئا . وجلس الاثنان يتجاذبان أطراف الحديث فى الموضوعات العامة : الانجليز فى القنال والسودان وايران .. الخ وبعد مدة جمع خالد أطراف شجاعته ليتكلم فى الموضوع الذى أتى من أجله واضعا نصب عينيه عدم ذكر حبه لسلوى حتى لا يثور ثائرة الاب الشرقى ويظهر بغير المظهر الذى يحاول أن يظهر به .

خالد — حضرتك تعرف دلوقتى ان سنى ثمانية وعشرين سنة بافكر فى الزواج .

— فكرة كويسة خالص يا ابنى — على بركة الله ومين المحظوظة دى اللى انت عاوز تتجوزها ؟ ياترى أعرفها والا لا ..؟



— تعرفها قوى — أمال أنا بكلم حضرتك ليه ؟ أنا عاوز أجوز بنتك سلوى يادكتور .

— بنتى سلوى! بنتى أنا!

— أيوه يادكتور وأناباعتقد انها تفضل تتجوز واحد زيى تعرفه . وحضرتك تعرف دلوقتى كتير عن أخلاقى .

— أيوه بس انت ايرادك كام ؟

— أنا معنديش غير مرتبى وحضرتك تعرف انه عشرين جنيه وبيزيد باستمرار .

— عشرين جنيه بس . انت تعرف ايرادى أنا كام ؟

— لا يادكتور ما حاولتش أعرف ؟

— أنا ايرادى فى الشهر بيزيد على مائة جنيه .

— طيب يادكتور وايه دخل ده فى موضوع جوازى من سلوى ؟

— أنا عاوزك تفهم حاجة كويس . سلوى بنتى الوحيدة ماعنديش غيرها لا ولد ولا بنت . وأنا عودتها على عيشة عالية وأعتقد ان ماهيتك مش حاتقدر تعيشها فى نفس المستوى اللى هى متعودة عليه

— لا يادكتور سأحاول بكل جهدى ان أسعدها — ومتنساش انها كمان بتشتغل ونقدر نتعاون مع بعض فى سبيل تكوين بيت صغير ، بيت سعيد .

— بيت سعيد . بيت جميل . ما أظنش — دى ماهيتها دلوقتى لا تغطى مصاريفها النثرية .

— يادكتور احنا برضه نقدر ندبر أمور معاشنا .

— تدبر ازاى .. أنا لازم اضمن سعادة بنتى .. دى وحيدتى وماليش فى الدنيا غيرها .

— بس يادكتور ..

بس ايه .. يابنى لو كان عندك ايراد غير ماهيتك كنت وافقت . علشان انت شاب طيب مهذب ، وابن حلال

— طيب يادكتور ماتستعجلش . ادينى فرصة

— يابنى ماتتعبش نفسك انا ما أقدرش أجوزهالك أبدا . انا عارف كويس . وعاوز اسعدها

— ده كل منايا أنا ... انى اسعدها .

— ماأظنش تقدر تسعدها بالمبلغ التافه ده .

— يعنى ...

— مافيش فايده يابنى ماتتعبش نفسك .

— بس يادكتور انا عاوز أسالك سؤال — حضرتك يوم ما اتجوزت والدة سلوى كانت ماهيتك أكثر من ماهيتى .

— لا بس دى أيام غير أيامك انت جاى تناقرنى .. المسألة مسألة تقدير ...

— لا أبدا .. بس لى رجاء انك تحجز سلوى لغاية ما يبقى عندى مرتب زيك وفى الحالة دى يبقى عند سلوى أربعين خمسين سنة على الاقل ...

— يا خالد عيب بلاش كلام فاضى .

وانصرف خالد قبل أن يتطور الموضوع الى أسوأ

وكانت صدمة قوية لم يفق منها خالد ، أخذ يفكر فى الموضوع ويقلب وجهات النظر . ووجد أنه من الصعب أن يتزوج سلوى رغما عن والدها — فانه بذلك يحرمها من عطفه واشتدت حيرته أما هى فقد علمت بالامر وتألمت بالطبع ولو انها حاولت ان تطمئنه بقولها انها ستحاول وستحاول كى تقنع والدها عن طريق والدتها التى تعرف انها ستكون فى صفها ولكن الصدمة تأكدت بالنسبة لكليهما عندما جاءته سلوى باخبار فشل الوالدة فى محاولتها مع الاب العنيد .

وحاول خالد أن يجد حلا لهذا الاشكال الذى وقعا فيه خصوصا بعد أن انهار آخر أمل فى محاولة اقناع الاب . كما انه أحس بأن سلوى لا يمكنها أن تستغنى عن حب والديها كما انه لا يمكنه أن يرضى باسعاد نفسه على حساب فقدانها لسعادتها .

وعاد الى عزلته وانطوائه وحاول أن ينساها فكان يتعمد عدم مقابلتها عند مدخل الشركة ويتأخر عند العودة حتى لا يضطر الى التحدث معها فتعود جراح قلبه تدمى من جديد . ولكنه كان كلما حاول أن يبتعد يجد نفسه وجها لوجه أمامها فيشتد سخطه على نفسه وعلى الدنيا ، وعلى من كان السبب فى كل ما حدث . وكان يرجع

(البقية ص ٦٦)

همسات فنية

مصر تحتفل بعيد المسرح المصرى



بيومى افندى ورئيسة اتحاد بنت النيل

فى العاشر من مارس الماضى ، احتفل الممثلون القدامى بالعيد الثلاثينى للمسرح المصرى ، وقد تعارف الفنانون على الاحتفال بهذا العيد فى مثل هذا اليوم من كل عام باعتباره يوم مولد فرقة رمسيس التى نقلت هذا الفن فى مصر من فوضاه الارتجالية الى نظام محكم مرسوم ، فوضعت بذلك الاساس الصحيح لمسرح مصرى جدى صميم .

ومن حق عميد هذا المسرح الاستاذ يوسف وهبى ، ومن حق اخوانه واخواته الذين احب يوسف وهبى أن يسميهم فى هذا اليوم بابنائه وبناته ان نجعل هذه الصفحة فى هذه المناسبة تقديرا لمجهودهم الكبير .

يوسف فهمى



المسرح المصرى قبل فرقة رمسيس

يمكن ان نوجز صورة للمسرح قبل فرقة رمسيس فيما يأتى :

- نقاش ، سليمان حداد — بالاسكندرية
- الشيخ سلامة حجازى مع اسكندر فرح — التياترو بشارع عبد العزيز
- أبو خليل القبانى — محل سوق الخضار (بالعتبة الخضراء) ميدان الملكة فريدة
- القرداحى ، وفرق اخرى جوقات متنقلة
- الاخوة عكاشة — بمسرح حديقة الازبكية
- السيدة منيرة المهدية ، والحان وموسيقى محمد عبد الوهاب — الكورسال ثم دار التمثيل العربى
- الشيخ سلامة حجازى — دار التمثيل العربى
- جورج أبيض مع الشيخ سلامة حجازى
- عبد الرحمن رشدى
- نجيب الريحانى ، والحان وموسيقى الشيخ سيد درويش — بمسرح اجبسيانا الذى سمى برنتانيا
- عزيز عيد — بكازينو دى بارى
- على الكسار — بكازينو دى بارى ثم ماجستيك



يوسف وهبى

قبل نهاية الحرب العالمية الاولى بشهرين ، أو ثلاثة اشهر ، علم المغفور له عبد الله وهبى «باشا» أن ولده ترك مدرسة الزراعة .

لم يكن ولده فى دراسته من الخاملين ، ولم يكن بينه وبين الامتحان النهائى طويل وقت .

لذا كان تصرف ولده بترك المدرسة مثار دهشته وعجبه ، ثم لم يلبث طويلا حتى هاله الدافع بولده الى تصرفه ذاك ، حين علم أن ولده ومطمح آماله قد ترك المدرسة ليلحق بفرقة استعراضية تمثيلية ، كانت تعمل اذ ذاك برئاسة المرحوم «عزيز عيد» على مسرح كازينو دى بارى !

لم يكن امام المغفور له عبد الله وهبى «باشا» — ليثنى ولده عن عزمه ، وليرده الى دراسته حتى يحصل على الدبلوم — غير أن يهدد ولده بالحرمان

ولم يكن امام ولده غير ان يستجير بقلب الام الرءوم ، وان يستنجد بها ، حتى تعجل فتصلح من الامر ، وتصل بين الوالد وولده ما كاد اذ ذاك أن ينفصل .

ورضى الوالد لكنه شرط ان يسافر ولده الى اوروبا حيث يتم تعليمه ، ورضى الولد .

حتى اذا ما كانت الهدنة ، أشار الوالد على ولده بالسفر الى المانيا فلم يتردد لحظة فى قبول ما أشار عليه به

لكنه كان يضمر فى نفسه أمرا .. فما أن وصل الى «تريست» حتى فر الى «ميلانو» !

علم الوالد ما كان من أمر فرار ولده الى ميلانو ، فمنع عنه المرتب الذى كان متفقا عليه ، وبدا صار الابن خلوا من العون ، وحيدا بين الناس ، غريبا فى غير بلده

ولعل الوالد كان يبغى بهذا أن يعيد ولده الى وطنه أو أن يرد ولده عن قصده ، لكن الابن لم يكن يثنيه عما اراد شىء أو يرجعه احد عما رسم لنفسه من نهج فى الحياة

فها هو ذا يقضى زهرة حياته وحيدا غريبا ، شهرا بعد شهر ، ثم عاما بعد عام ، مكافحا مناضلا ما وجد سبيلا الى الكفاح والنضال ، ليبلغ الغاية التى كان يبغى ، وليصل الى الذروة التى عاهد نفسه على أن يصل اليها

انا لنراه يقابل الصعاب بقوة العزيمة ، وانا لنراه يواجه العقبات بصلابة الارادة ، وانا لنراه يتنقل ها هنا وها هناك وها هنالك ، آنا فى ايطاليا وآنا فى انجلترا ، تارة فى فرنسا واخرى فى بلجيكا ، يغزو عالم المادة بسلاح الروح ، ويغلب قسوة الزمان برحمة الايمان !

حتى اذا ما كانت خمس سنوات قد مرت عليه فى المهجر أو فى المهاجر ، كان يعد نفسه ليعود الى وطنه عود الظافر المنتصر ، على جبينه اكليل الغار ، وبين يديه أسانيد النجاح .

فهاهى ذى شهادة عليا فى التمثيل من «كونسرفاتار ميلانو» وها هو ذا دبلوم فى علم النفس ، وذا دبلوم فى اختصاص الديكور .. ثم ها هو ذا يحوز اعلى درجات المعهد فى امتحان الشعر الايطالى

بل انه ليتقدم فى مباريات كبرى ، فى انجلترا وفرنسا وبلجيكا ، فينال الجوائز الاولى فى الوجه المعدل وفى الالقاء

لقد كان يهوى الفن اذن عن عقيدة ، ولم يكن يقضى زهرة عمره فى بلاد الغرب عبثا ..

كأنا به يجمع شهاداته تلك معتزا بها مغتبطا ، كأنا به يضم اليها عقوده فى شركة السينما بميلانو ، وكأنا به يصدر كل هذا وذاك بشهادة رسمية من أستاذه الفنان العالمى ، الممثل الايطالى العلم «أميديو كيانتونى» ، يشهد فيها بأنه أول مصرى مثل بالايطالية فى أرقى مسارح ايطاليا بنجاح كبير .

انه ليكاد يطير الى الوطن بهذا النصر طيرا ، وانه ليتطلع الى اشراق ذلك اليوم السعيد المرتقب ، يوم يضع أسانيده تلك جميعا بين يدى والده ، ويسر فى سمعه كلمات ، جد كل الجد .. وجهد الجهد كله ... ليتسنى له فى يوم ما أن يسرها فى مسمعى الوالد الكريم .

وها هو ذا أوانها قد آن ، وهاهى ذى قد أصبحت حقيقة واقعة له أن يقولها وأن يزهو بها وأن يثبت بها لوالده أنه لم يكن يهزل ، بل كان يبنى مجده ومجد المسرح المصرى معا .. حيث يتعلم أساتذة الفن أسس الفن الجميل .

وانه ليعود .. ليلتقى بالوالد الكريم فى اليوم المنتظر ... لكن القضاء لا ينتظر .. فقد شاء القدر أن ينتقل الوالد الكريم الى جوار ربه قبل أن يعود الابن باسبوعين

أما الوالد الكريم فقد كان المغفور له عبد الله وهبى «باشا» ، وأما الابن العظيم فقد كان الاستاذ يوسف وهبى

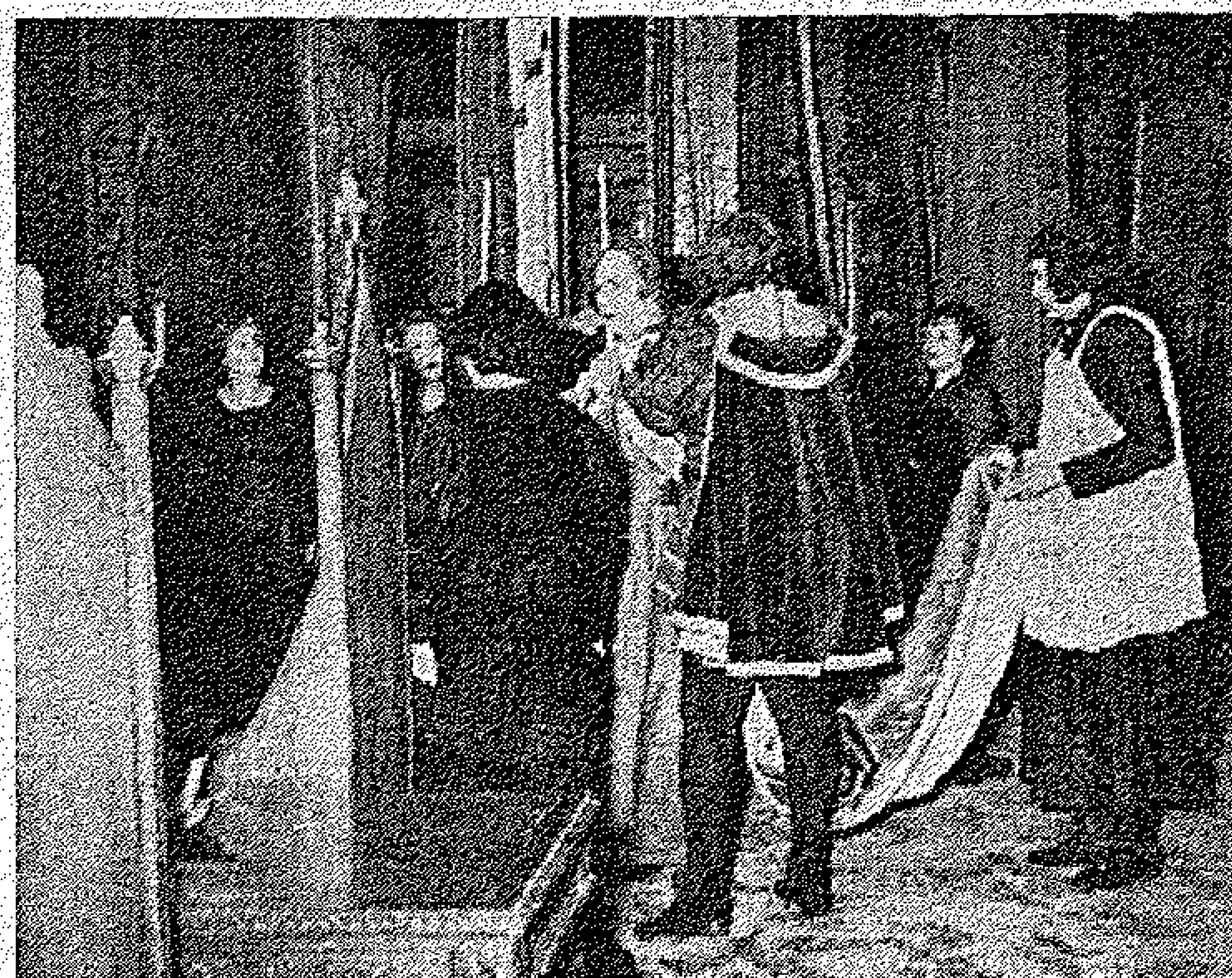


فرقة رمسيس

لم يكد يوسف وهبى يعود ، حتى بدأ يعمل ليحقق الامنية الكبرى التى كان يتمنى ، بتكوين فرقة تمثيلية مصرية ممتازة ، ترفع شأن فن التمثيل فى مصر والشرق معا

فاذا هو يتقابل مع المرحوم «عزيز عيد» فيبلغه عزمه على تحقيق أمله العظيم . واذا هو يكون « فرقة رمسيس » قوية عظيمة من يومها الاول . واذا هو يختار للفرقة مسرحا كان يدعى «سينما راديوم» فيعده اكمل اعداد ويجعل منه مسرح رمسيس





ثم لا تمر سنوات ، حتى تنضم الى الفرقة عناصر جديدة بارعة ، تسير معها ممتزة فى موكب مجد المسرح المصرى الحديث

ويتلفت الشرق ، ليجد فن التمثيل فيه يضحى على أيدى يوسف وفرقة رمسيس ، فنا جميلا مبجلا، وهواية محبوبة يشغف بها وينزع اليها ابناء الاسر الكبيرة ... بعد ان كان هذا الفن امرا لا يليق بالبيوتات أن تبيح لابنائها أن يباشروه

ولا يمر طويل زمن على «فرقة رمسيس» حتى تصير مدرسة الفن فى مصر والشرق جميعا • ولا يلبث الناس فى كل مكان حتى يجدوا فى يوسف استاذا للمسرح المصرى الحديث

ولقد كان الطبيعى أن تعلو الفرقة هكذا فى درج التقدم وهى غنية بكفاءاتها الممتازة ، قوية باستعداداتها الكاملة ، يوجه سياستها العلم السليم باصول الفن ، وتحكم خطواتها الخبرة الصحيحة بكل ما تقتضيه نهضة المسرح الحديث من وثبات

ومضت «فرقة رمسيس» فى طريقها قدما ، الشعب يقابل كل جهد منها بتقدير ، والدولة ترعى كل تقدم منها بعناية ..

ونظر الناس ، فاذا سماء مسرح رمسيس نجوم تتلألأ واسماء تدوى وابطال يرفعون الوية الفن الجميل فى كل ناحية ، ويبذلون جهودهم لنهضة المسرح كما لم تبذل الجهود لنهضتها من قبل



١٠ مارس

كان فى ١٠ مارس من عام ١٩٢٣ — أى منذ ثلاثين عاما — بدأ تكوين الاستاذ يوسف وهبى عمليا للفرقة التمثيلية المثالية الكبرى

ولعله أراد أن يكون يوم افتتاح مسرحه هو يوم بدء تكوين فرقته — ١٠ مارس — تفاؤلا بيوم سعيد

ففى الدقيقة الخامسة والاربعين من الساعة التاسعة من مساء اليوم العاشر من شهر مارس فى عام ١٩٢٣ كان مولد المسرح المصرى الحديث

فى تلك اللحظة ، رفعت ستار مسرح رمسيس ، ليشهد الجمهور الفصل الاول من رواية «المجنون»، أولى الروايات التى انتجتها فرقة رمسيس

وما كادت الستار تنزل اثر انتهاء الفصل الاول ، حتى كانت جماهير المتفرجين الذين ازدحمت بهم القاعة والشرفات ، أكفا تصفق فى دوى متصل ، وحناجر تهتف بقوة للفن المصرى وللفنان الكبير

واغرورقت عينا الاستاذ واعين رفقائه بالدموع ... وانتبهوا ليشاهدوا ، هم انفسهم ، جمهور المتفرجين يعرضون فى حماسة بالغة طبيعية اسمى معانى الوفاء والتقدير

فكانت هذه المظاهرة القلبية دينا على يوسف وفرقة رمسيس يؤدى، وكانت امانة تحفظ وتصان، وكانت عهدا جديدا أصدق ما تكون العهود، ببذل يوسف وزملاؤه كل جهد فى سبيل تحقيقه اخذا بناصر الفن والفنانين

ولقد كانوا عند عهدهم صادقين !

ثم لم تلبث جهودهم أن جعلت للفنان المصرى شأنا غير الشأن ، وذكرا غير الذكر ، وحالا غير الحال،

فلا عجب اذن ان يؤرخ الفنانون بيوم ١٠ مارس ميلاد المسرح المصرى الجديد ، وان يجعلوا منه عيدا للفن والفنانين

بل لا عجب فى أن يحتفل فيه الناس جميعا ، فى مصر والشرق معا ، احتفالهم بعمل عظيم •

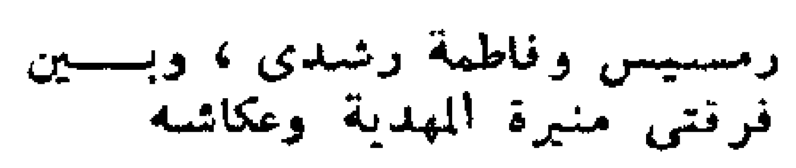
المنافسة الكبرى

بعد فرقة رمسيس

كان لنشأة فرقة رمسيس ، وللنجاح الباهر الذى لاقته منذ يومها الاول ، واستعداداتها الكبرى التى لم يعهدها الجمهور من قبل ، اثر اى اثر فى اشعال ثورة جديدة عنيفة فى المسرح المصرى ، تدعو الى المنافسة وتنزع الى التجديد

وان معاصرى مسرح رمسيس ، ليذكرون جيدا كيف كان التنافس الشديد المشروع ، بين فرقة رمسيس والفرق التى عاصرتها ، بل بين بعض تلك الفرق وبعضها الاخر

انهم ليذكرون ما كان من أمر التنافس العجيب بين فرقتى رمسيس والريحانى ، وبين فرقتى الريحانى والكسار ، وبين فرقتى



رمسيس وفاطمة رشدى ، وبين فرقتى منيرة المهدية وعكاشه

وانهم ليذكرون كذلك جيدا ما بعثه هذا التنافس العظيم من حماسة فى الجماهير الظمأى الى الفن الجميل

فرقة رمسيس

بين الشرق والغرب

وكان حقا للبلاد العربية الشقيقة ان تنال من اهتمام الفرقة وجهدها حظا كبيرا ، فانتقلت الفرقة اليها فى مواسم عدة ، كانت تقابل فيها دائما بكل تشجيع

فزارت الفرقة سوريا ، ولبنان، وفلسطين ، وشرق الاردن ، والعراق، كما زارت تونس وطرابلس • وكانت — اينما ذهبت — فخرا للمسرح المصرى ، ونبراسا للفن فى الشرق العربى المجيد

وشاءت الفرقة أن يشهد الغرب قيمة الفن المصرى ، وان يعرف مدى تقدمه • فما ان وجدت الفرصة السانحة لتذهب الى الغرب ، حتى شهدت البرازيل والارجنتين وشهدت مدن امريكا الجنوبية بنهضة المسرح المصرى الحديث

واما فى فرنسا ... فان مسرح ادوار السابع ، أرقى مسارح باريس ، لخير شاهد على مجد فرقة رمسيس فى فرنسا ، وفيه مثلث الفرقة ثلاثين رواية كبرى

فرقة رمسيس

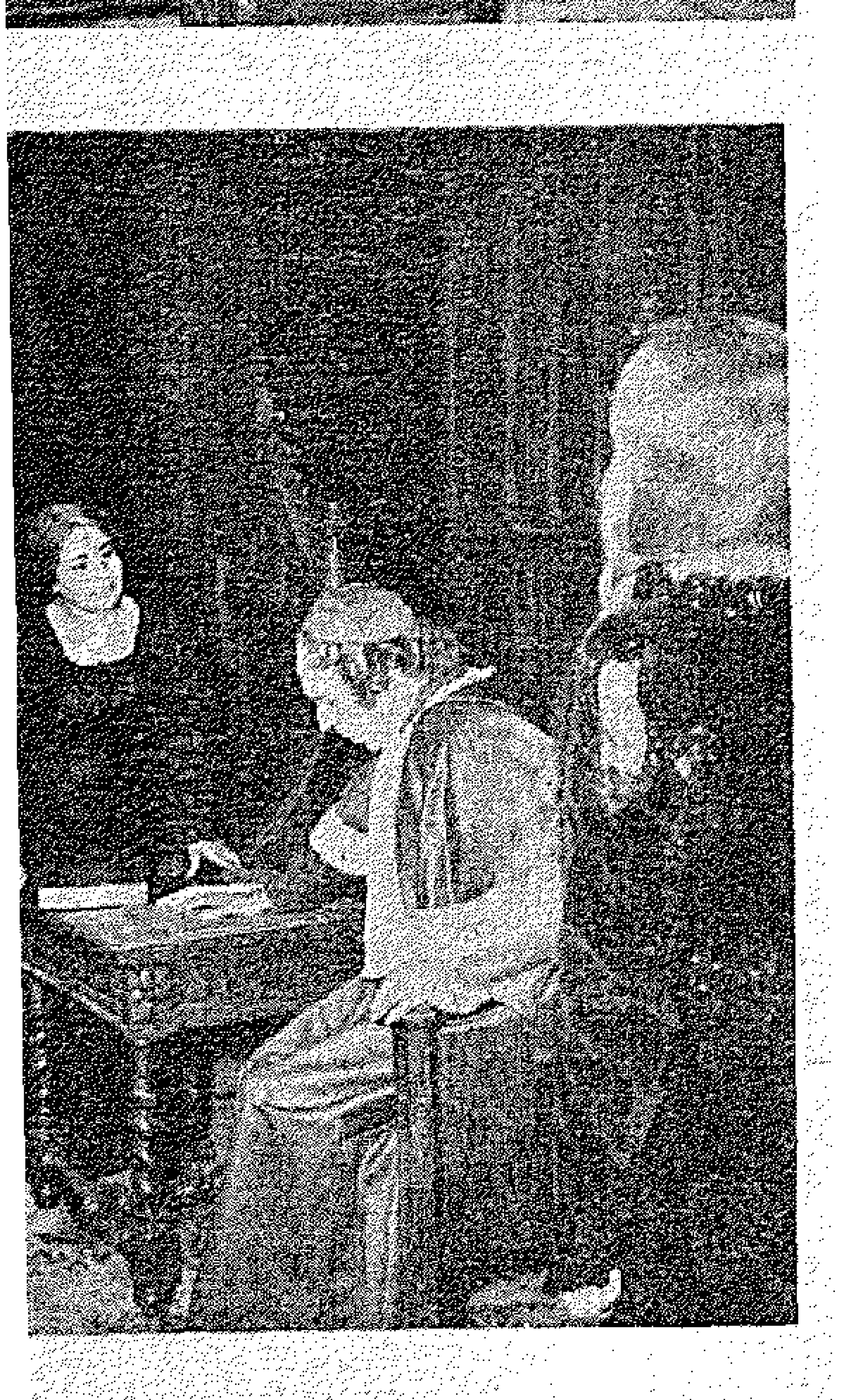
فى وادى النيل

لم تحصر فرقة رمسيس جهودها فى القاهرة ، لكنها قدمتها فى شتى المدن المصرية ، وكانت حيثما حلت تقابل بمثل ما كانت تقابل به فى العاصمة من حسن التقدير

كذلك لم تشأ الفرقة أن يحرم من مشاهدة انتاجها ، والوقوف على مدى نشاطها ، اخواننا المواطنون السودانيون فى جنوب الوادى

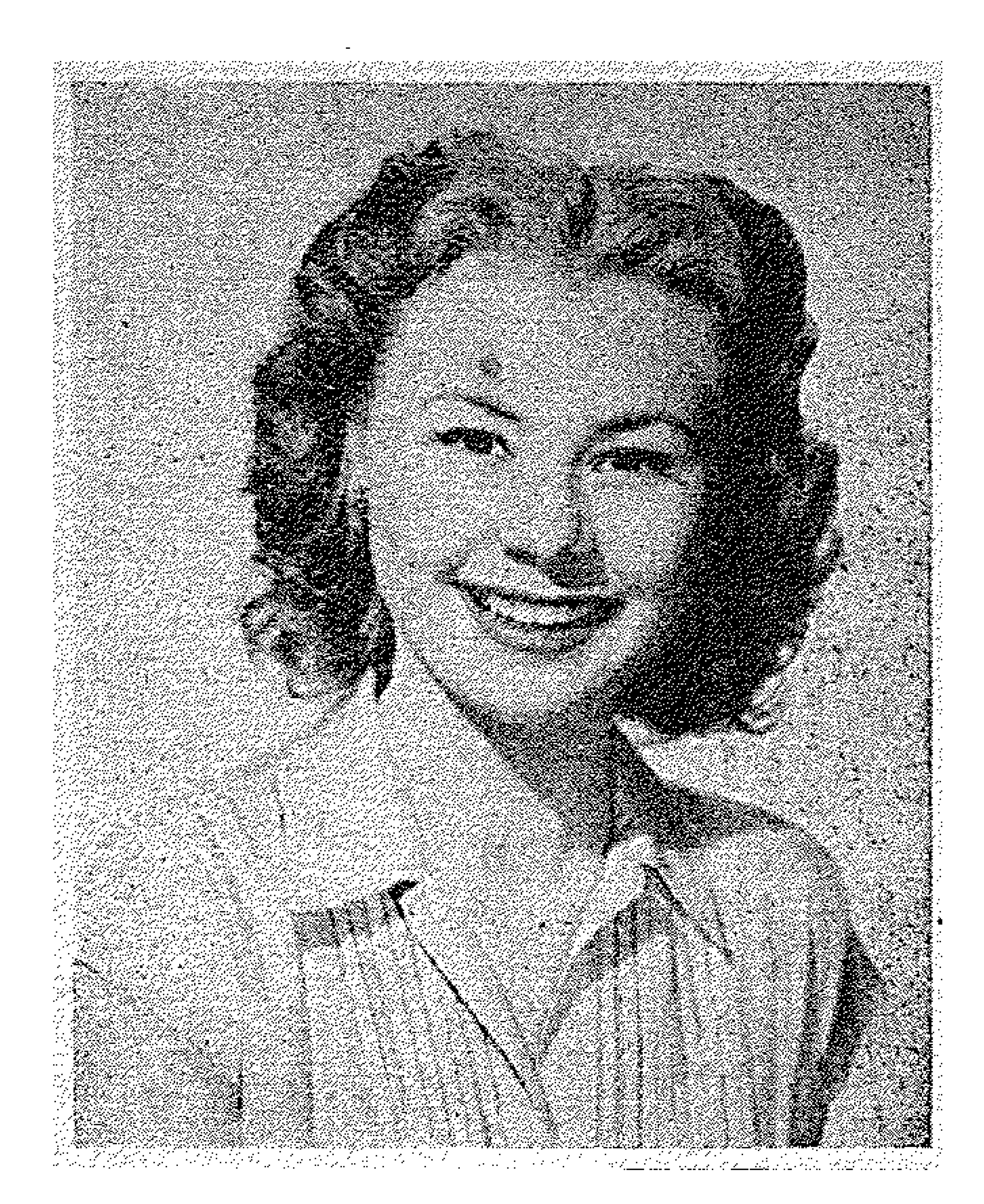
فرحلت اليهم بكامل استعدادها حتى اذا ما كانت فى السودان ، وحتى اذا ما بدأت تعرض لاخواننا هناك ما كانت تقدم لاخوانهم هنا ، وجدت حقا انها ما تزال فى وطنها العظيم ، ولاقت اقبالا فاق كل حد ، من جمهور عرف قيمة الفن حق المعرفة ، وقدر اداب المسرح كل التقدير

وفى هذا يقول أبطال الفرقة : انهم يلذ لهم دائما أن يمثلوا امام اخوانهم فى السودان ، وان يحفظوا لهم دائما هذه الذكرى









الوجه الجديد منزى جانيور
فى بلوزة مبتكرة خصيصا لفصل الصيف

★

الفتنة المعذبة



تعتبر منزى جاينور كوكب فوكس من جميلات هوليوود اللائى يتمتعن بجمال من نوع خاص .. وكثيرا ماكان هذا الجمال يضعها فى مواقف طريفة قد يكون بعضها حرجا للغاية .. مثال ذلك ما حدث أثناء تصوير فيلم « زواج غير شرعى » اذ ان أغلب الممثلات فى الفيلم كن لا يقبلن التمثيل معها فى منظر واحد حتى لا يجد الناس مجالا للمقارنة بين جمالهن وجمالها مما كان يسبب كثيرا من التعب والارهاق للمخرج .. وكانت هى ازاء مثل هذه المواقف لا يسعها الا أن تضحك كثيرا .

وقد سألها أحد الصحفيين عن الطريق الذى تتبعه لكى تحتفظ بجمالها فردت عليه قائلا : ان هناك سبيلا واحدا للاحتفاظ بالجمال وهو النوم مبكرا والاستيقاظ مبكرا فان هذا يكفل صحة البدن ونضارة الجمال !

ومما يزيد فى جمال منزى انها تعتنى دائما باختيار تسريحات ملائمة لوجهها كما انها تراعى دائما البساطة فى اختيار ألوان ثيابها وتفصيلاتها . بل انها فى كثير من الاحيان لا تختار الملابس المنقوشة بل تسعى الى اختيار الالوان السادة وهى لا تعتبر هذا ضعفا منها بل تعمد الى ذلك بالرغم من انتقادات زميلاتها .. وهى تعتبر هذه الانتقادات من قبيل الحسد فقط .

قالت لى

ان صديقتنا ع ٠٠٠ أصبحت غريبة الاطوار منذ أن قاربت على الثلاثين وعبثا حاولت وزميلاتى ردعها ٠ انها مصرة على أنها تسير فى الطريق المستقيم وأننا نحن على خطأ ٠٠٠

قلت لها

لا دخل لسنها فيما تقولين ... لقد بدأت شخصيتها تنهار منذ اللحظة التى توفى فيها والدها وتركها فى سن الخامسة عشرة وهى سن تحتاج فيها الفتاة الى كثير من الرعاية والى قدر كبير من الرقابة ...

ورثت عن والدها مالا طائلا فقررت أن تترك المدرسة غير عابئة بتوسلات امها . انها تريد ان تعيش حرة طليقة من كل قيد معتقدة أن الشخصية لا تكتمل الا ان عاشت صاحبتها فى جو بعيد عن تقاليد الاسرة .

حاولت امها ان تزوجها فاشترطت فى زوجها شروطا لا يقبلها اى رجل يحترم نفسه. قيل لها خطأ ان التدخين يكسب الانسان شخصية قوية فادمنت عليه حتى اتلفت صدرها واسنانها واصابعها . وقيل لها ان فتيات الطبقة الراقية لابد وان يتعلمن لعب البريدج فاستدعت مدرسا خاصا يعلمها هذا الفن ودقائقه . وقيل لها ايضا انه توجد فلسفة جديدة تسمى الوجودية فاقبلت عليها دون أن تحاول فهم شىء من مبادئها ... انها حائرة تائهة فى خضم هذه الحياة لا تدرى ما تفعله لتبنى شخصيتها ...

... لقد راحت تلك الفتاة ضحية ضعف امها ولسوف تندم على ما فعلت حيث لا ينفع الندم ...

خليل صابات

مجلس بلدى ابو تيج

تقبل العطاءات بمكتب مجلس بلدى ابو تيج لغاية الساعة ١٢ من ظهر يوم ١٩٥٣/٤/٧ عن توريد ادوات مياه ويمكن الحصول على الشروط مقابل ٢٥٠ مليما يضاف اليه مبلغ ٣٠ مليما اجرة البريد وتقدم الطلبات على ورقة تمغة فئة الخمسين مليما (٤٠٧٩)

وزارة المواصلات ـ مصلحة الموانى والمنائر ـ ادارة مخازن الحكومة بالاسكندرية

تقبل العطاءات بمكتب حضرة مدير عام مصلحة الموانى والمنائر بالترسانة بالاسكندرية عن المناقصات العامة الاتية : لغاية ظهر يوم ١٩٥٣/٤/٨ عن توريد قماش قلع وقنب واسطبه وابازيم مختلفة لعام ١٩٥٣/٥٢ . لغاية ظهر يوم ١٩٥٣/٤/٢٠ عن توريد ادوات لازمة للكساوى لعام ١٩٥٣/٥٢ ويمكن الحصول على المواصفات وشروط التوريد مقابل دفع الثمن المقرر وقدره ٣٥٠ مليما للنسخة الواحدة وتقدم الطلبات على عرضحال دمغة فئة ٥٠ مليما وذلك خلاف اجرة البريد (٤١٠٢)



بريد الجمال والرشاقة

يجيب على هذا البريد الدكتور حسن الحفناوى مدرس الامراض الجلدية بكلية الطب واخصائى الجمال من أمريكا

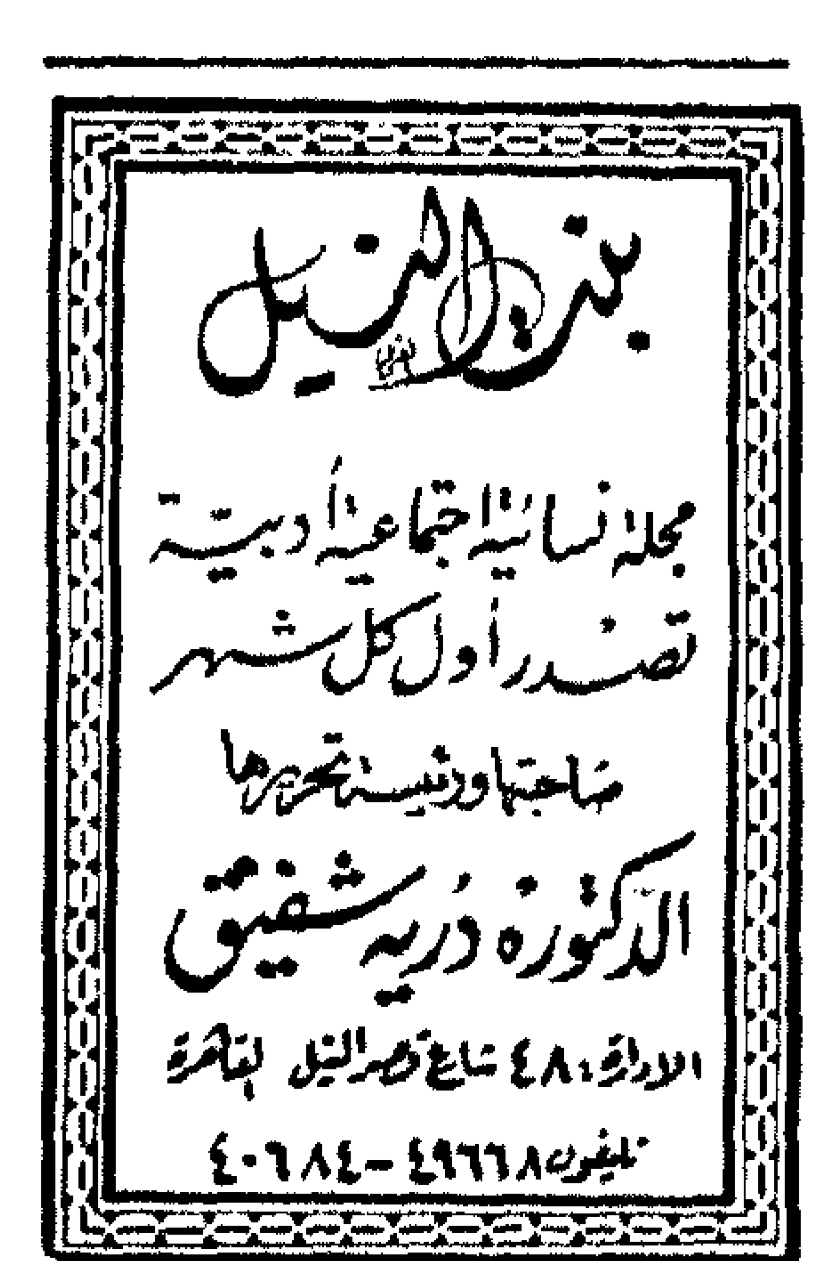
ه.ا. القاهرة :
للتخلص من هذا الشحم دلكى هذا الموضع ببعض بودرة التلك يوميا بحيث يكون التدليك على اتجاه الدورة الدموية

ى. دمياط :
لاشك أن التدليك وتنظيم الغذاء يفيدك تماما أما عن المدة اللازمة فهذه تتوقف على حالتك ومدد اتباعك للتعليمات المختلفة

مشتركة فى لبنان
لا علاج لنحافة السيقان سوى الغذاء الجيد ـ استمرى فى رياضة المشى فهى تفيدك ولكن لا ترهقى نفسك كثيرا

ن.ب.ل. غمره :
الدكتور المذكور اخصائى فى الغدد وهو ممتاز فى مهنته فاذهبى اليه وسيرشدك اذا كان قصر قامتك ناشئا عن نقص افرازات الغدد ام لا وكذلك كبر صدرك

ن.ط.م غمره :
لا تلمسى صدرك بيدك ولاتحاولى عمل مساج لهما وزاولى تمرينات رياضية كثيرة وامتنعى عن قراءة القصص المثيرة



قارئة بائسة بطنطا :
اعرضى نفسك على الدكتور حسن الحفناوى ٢٤ شارع البستان ميدان الازهار وقولى له أنك من قارئات بنت النيل وسيهتم بك كثيرا وسيعمل على تخليصك من هذه الحبوب اما ازالة الشعر فقد تؤلمك قليلا

س.ن بالمنيا :
انك تشكين ضعفا عاما فى جسمك خذى مقويات عامة تحتوى على املاح الحديد والفيتامينات

ل.ق مشتركة بمصر :
لقد تقدم الطب كثيرا فلا خوف من اجراء اى عملية جراحية ولكننا لا نستطيع ان نقول لك اذا كانت هذه العملية ستفيد اختك أم لا لاننا لا نعرف طبيعة مرضها

هيام عبد العظيم ابو العطا ـ اوغندا :
لا تستعملى أى حبوب لانقاص الوزن فهذه تضر صحتك كثيرا قللى من النشويات والدهون واكثرى من اللحوم الحمراء زاولى الرياضة البدنية وسيقل وزنك حتما

ابراهيم احمد حماد :
الدكتور ليفى لينز هو جراح التجميل الذى يمكن الاعتماد عليه ..وسنعرض حالتك عليه وسنرد عليك فى العدد القادم وعن المبلغ والتكاليف ونظن ان الصورة لاتكفى لمعرفة الموضع الذى يراد تجميله

نعيمة احمد :
تمرينات غير مناسبة ابدا لمثل حالتك يلزمك تمرينات قوية للجزء العلوى من جسمك أما تمرينات الارجل فتكون بسيطة . ارسلى عنوانك كاملا الى معهد السيدات الرياضى بالزمالك ٢٦ شارع حسن باشا صبرى فيرسلون لك التمرينات المناسبة

ف.ج. الجيزة :
نسمع عن هذا المشط ولا نعرف مدى فائدته للشعر

ع.م.ع :
لازالة السمرة من بشرتك اغسلى هذه المواضع بماء الورد واستعملى الكريم الاتى مرتين فى اليوم ملعقة كبيرة لبن زبادى مربوب بقشدته
+ ملعقة صغيرة مسحوق لوز
+ نصف ملعقة صغيرة عصير ليمون

صديقة بنت النيل المخلصة :
لا تستعملى اى دواء الا بعد استشارة الاخصائى ـ اعرضى نفسك على الدكتور بول غليونجى

مشتركة بنت النيل بشبرا :
لا تستعملى اى نوع من الصبغات وافضل صبغة هى (الحناء) أما عن بشرتك فاتصلى بمعهد التجميل العلمى ٢٧ شارع عبد الخالق ثروت وسيدلونك على نوع الكريم أو المحلول القابض للمسام المناسب لك دون اى أجر وقولى لهم أنك من بنت النيل وسيعطونك ما تريدينه مخفضا

شؤون المنزل

السيدة حرم سمير طالب ـ حلب سوريا :
لا توجد كتب تحوى اجابة شافية لكل طلباتك . حددى اسئلتك ونحن على أتم الاستعداد لاجابتك

ع. ميخائيل . كفر الدوار :
نشرنا طلبك فى هذا العدد (ابريل) فاطلعى عليه

ف.ج.ا. رشدى باشا ـ الرمل :
احسن طريقة لعلاج قصر الستائر هى اما ان تضعى فى طرف الستائر الاسفل فرانش عريضة حرير من لون قماش الستائر او اذا كان عندك قماش متبقى من الستائر فاعملى كورنيش عريضا فى اسفل الستارة

السيدة ن. ف بالخرطوم :
اولا فستانك الكريب رومان الذى حدثت به البقع من الكولنيا مع الاسف لا يمكن اصلاحه الا بالصباغة لان الكولونيا والروائح من خواصها ازالة الالوان فاذا رغبت فى صباغته فاخبرينى اوافيك بالطريقة

شكشوكة السمك شرحتها فى احد اعداد المجلة القريبة فى هذا الشتاء :

نصف اوقية جلاتين عادة تساوى حوالى من ٥ ـ ٥ر٥ ورقات من التنتال الرفيع وتختلف حسب سمك ورق الجيلاتين ولكنى انصحك باستعمال الموازين فى عمل الامانلة لانها أدق

الكريم شانتيه : عبارة عن القشدة المتخلفة من اللبن قبل غليه وهى تشترى من محال الالبان الكبيرة وتكون على شكل لبن سميك فى سمك العسل . وللحصول على كريم شانتيه اضربى هذه الكريمة اللبانى بالمضرب أو الشوكة ضربا خفيفا حتى تغلظ وتتماسك ثم تحلى باضافة قليل من سكر البودرة . وتسمى هذه الحالة «بالكريم شانتيه» ولا تستعمل هذه الكريمة الا فى زخرفة التورتات او تقدم مع سلطة الفواكه . أما كريمة الكستردة التى ترغبين عملها فهى صنف آخر غير الكريم شانتيه

السيدة حرم يحيى صالح نصر :
احسن موديل يتناسب مع الحمل هو ان تكون التفصيلة بكلوش واسع أو كلوش بكسرة من وسط الخلف

ف.ع بالاسكندرية :
عليك بدعك مكان الصدأ بكربونات المانيزيا

قارئة بنت النيل سعدية بالعدوة منياوية :
طريقة عمل الفروت كيك نشرتها لك فى هذا العدد واسمها باللغة العربية كعكة الفواكه

الانسة ف. خزبك بالشرقية :
نشرنا طلبك فى هذا العدد فاطلعى عليه

السيدة ا.ع :
١) الكستردة صنف من اصناف الحلوى وتستعمل احيانا فى حشو بعض الاصناف مثل البقلاوة أو بعض التورتات وهى لا تشترى جاهزة بل تعمل بالمنزل وقد سبق أكثر من مرة أن شرحنا طريقة عملها وهى على كل حال تعمل مثل المهلبية تماما ولكن بدلا من النشا يستعمل دقيق يسمى مسحوق الكستردة ولونه أصفر ويباع عند محلات البقالة الكبيرة ٢) الجلاش عبارة عن رقاق طازج وهو يشترى من المحلات الكبرى كما توجد محلات حلوى خاصة لبيعه ٣) دقيق السمولينا يباع جاهزا فى العلب لدى محال البقالة الكبيرة وشكله يشبه دقيق الارز وكذلك دقيق الكورن فلاور ، اشتريه من محلات البقالة الافرنجية وهو يباع فى علب وشكله يشبه النشاء المطحون ٤) حساء الجنة الذى ذكرته لا أعرف شيئا عنه ولم يسبق أن نشرت حساء بهذا الاسم فأرجوك أن تفصحى عن أسئلتك وفى أى عدد قرات هذا النوع من الحساء ٥) اسئلتك كثيرة جدا وتدل على انك غير متتبعة لبنت النيل فاعملى من الان على شرائها شهريا حتى تكونى ملمة باصناف المطبخ وشئون المنزل الماما كبيرا يجعلك فى غنى عن مثل هذه الاسئلة

بنت النيل تحل مشاكلك

الى السيدة البائسة بالزقازيق ..

مشكلتك ياسيدتى مؤلمة حقا خاصة ونحن فى زمن لا يسأل المرء فيه عما قدمت يداه ولكن يسأل دائما عن الام والاب وبنتك كما تقولين على وشك الزواج والكل يهرب لو علم ان والدها كما شرحت · وأنا أعرف شعور الام الحريصة على سعادة أبنائها وبناتها ولكن اذا نفدت كل حيلك فى الشكوى الى أهله وأهلك فاستشيرى محاميا لعله يجد حلا مثل الحجر عليه وبذلك ينقذ بعض المال لاولادك ·

ان مثل هذا الاب الذى لا يرعى حرمة لزوجه أو أولاده من الظلم تركه دون رقابة· أقدمى على حل مشكلتك والله المستعان ·

الى المعذبة فى حياتها ن· محسن

ياسيدتى ان الحجر الاساسى فى بناء السعادة الزوجية هو الحب المتبادل بين الزوج وزوجته فمادمت تقولين انك تحبينه تحملى رجعيته لان ارضاء الزوج الذى تحبين هو السعادة كل السعادة · ان السبب فى رجعية زوجك هو الغيرة العمياء فعليك بالصبر حتى تنجبى طفلك الاول أو الثانى وستجدينه قد وثق فيك ثقة عمياء واطمأن اليك ·

والحشمة ياسيدتى فى حد ذاتها مطلوبة من المرأة ويمكنك فى لحظات سروره وهدوئه ما دمت مثقفة أن تتفاهمى معه فى عدم التزمت وقد تنالين باللين ما لا تستطيعنه بالشدة ·

الى قارئة بنت النيل س٠ع٠١٠ بالعجوزة

اذا أردت ثقافة دون الحصول على شهادات فالجامعة الشعبية أمامك · وكى تتعلمى التمريض عليك بالهلال الاحمر · واذا أردت ملء الفراغ الذى تشعرين به فهناك دراسات نادى بنت النيل الثقافى فيها كل ما يرضى رغباتك ·

اتصلى بالاتحاد كل يوم أربعاء من ٥ الى ٧ مساء فى تليفون ٤٩٦٦٨ أو ٤٠٦٨٤ أو تعالى بنفسك الى العنوان التالى : ٤٨ شارع قصر النيل – الدورالثانى· ونحن نفضل أن تحضرى بنفسك حتى نستطيع التفاهم على وضع يرضيك ويريحك ·

روحية القلينى

سلوى

(بقية المنشور ص ٥٩)

بالسبب الى عصام ولذا عاد من جديد بعد أن كان قد تناسى اساءاته التى أدت الى تعرفه بسلوى كذلك كان ينحى باللائمة على هذا الاب الجامد العقل ، الفاقد الحس الذى تسبب فى تعاسة وحيدته معتقدا انه يسعدها وكادت رأسه تنفجر وأحس بقربها لا يفصله عنها الا أمتار عديدة • تدفعه اليها قوة أقوى من تعقله وأقوى من تفكيره •

وأخيرا أخذ فى السعى الحثيث لكى ينقل الى فرع آخر للشركه • وتمكن فى النهاية من النقل الى الاسكندريه ومر عليه شهر وهو يحاول النسيان، وتعمد الا يتصل بأحد من زملائه فى القاهرة حتى لا تسمع شىء عنها ولكنه فى أحد الايام وصله خطاب منها تسال عنه وتلح فى السؤال ، وتعاتبه فى نفس الوقت عن عدم سؤاله عنها ، وتذكره بالايام السعيدة التى أمضياها سويا كذلك وشكت له من الحاح والدها فى الزواج من شخص بالذات لا ترى هى فيه أى شبه منه ••• انها لا تحبه ولا تعرف عنه شيئا •

واضطر الى الرد عليها برسالة ضافيه حاول اقناعها فيها بأن لا سبيل لاتمام زواجهما وانه يفضل أن يضحى بسعادته وبقلبه حتى لا يأتى اليوم التى تحس هى فيه بأنه كان السبب فى جفوة والدها وألمه ونصحها بأن تنساه وقال لها انه يحاول أن ينساها بل وحرضها على أن تحاول أن تجد فى هذا الشخص الذى يحبذه لها والدها رجل المستقبل • وأن تنسى أنه كان يوجد شخص اسمه خالد • وأخيرا نصحها بألا تكتب اليه ثانية فانه لن يرد عليها أبدا • وتمنى لها كل سعادة وهناء •

ومرت الساعات والايام والاسابيع متثاقلة عليه فى وحدته بالاسكندرية وهو لا يحاول أن يتصل بأحد ، بل انه لم يفكر فى زيارة عائلية بالقاهرة• ومضت سنة عليه فى الاسكندريه •

وها هو يقرأ خبر زواج سلوى فى جريدته الصباحية فتسقط الجريدة من يده دون أن يعى•• وها هى الذكريات تعاوده من جديد • وأخيرا هاهو يعود الى عالم الواقع ويسترد رباطه أعصابه واتزان تفكيره ، وينجح فى أن يتلاءم مع وضعه الجديد واتم خالد لبس ثيابه وأسرع الى مكتب البرق وأرسل لها برقية مهنئا لها ولوالدها بالقران السعيد متمنيا لها كل السعادة والهناء • وعاد الى عمله وهو يمشى كالحالم ويحس بنفسه كالآلة التى تدور وتدور دون وعى أو تفكير •

أمين ادريس

ايتها الحامل
زورى طبيبك

(بقية المنشور ص ١٣)

وبفضل الرعاية الطبية للحوامل أمكن التغلب على الاكلامسيا هذه ــ فان حدوثها لا يدل الان الا على شىء واحد ــ وهو عدم رعاية الحامل رعايه طبية صحيحة فلو أن اعراض تسممات الحمل قد وجدت علاجا جيدا ــ فانها أما ان تشفى كما هو الحال فى اغلب الحالات ــ وأما ان ينهى الطبيب الحمل انقاذا للام من حدوث أكلامسيا وللوقايه من هذه التسممات يجب أن تعرض الحامل نفسها على طبيبها أو مركز رعاية الطفل طول مدة الحمل حتى يمكن تلافى أضرارها بمجرد حدوثها •

فى حياتنا الاجتماعية :

الارقام تتكلم

لفتتنى فى احصاء أصدرته مصلحة الاحصاء والتعداد احصائية عن عقود الزواج واشهادات الطلاق خلال خمس سنوات ، تبدأ من ١٩٤٥ الى ١٩٤٩ ، أنقل صورتها فيما يلى :

السنوات	عقود الزواج		اشهادات الطلاق	
	العدد	نسبة الزواج فى الالف من السكان	العدد	نسبة الطلاق فى الالف من السكان
١٩٤٥	٢٧٥٦٨٦	٣٠ر٨	٧٩٩٩١	٨ر٩
١٩٤٦	٢٨٧٩٢٩	٣١ر٧	٨٠٤١٥	٨ر٩
١٩٤٧	٢٦٠٥٨٦	٢٧ر٢	٧٥٤٠٤	٧ر٩
١٩٤٨	٢٧٢١٢٨	٢٨ر٠	٧٦١٥٤	٧ر٨
١٩٤٩	٢٨٠٤٦٣	٢٨ر٢	٧٣٨٢٧	٧ر٤

واحصائية أخرى عن عقود الزواج واشهادات الطلاق الخاصة بالمسلمين :

السنوات	عقود الزواج	اشهادات الطلاق
١٩٤٥	٢٦٩٨٩٧	٧٩٦٤٨
١٩٤٦	٢٨١١٤٩	٨٠٠٥١
١٩٤٧	٢٥٤٦٧٣	٧٥١٠٤
١٩٤٨	٢٦١٣٢٧	٧٥٧٠٩
١٩٤٩	٢٦٨٨٥٤	٧٣٣٨١

ومشكلة الطلاق من أبرز مشاكلنا الاجتماعية التى نشكوها ، لانها تتمخض عن مشاكل أخرى •• فهى السر الاول فى تشرد الطفولة•• اذ نرى الابناء حيارى بين الاب وزوجته •• والام وزوجها •• وهى عامل من عوامل تفكك الاسرة ، ومن هنا يجدر بنا لعلاج هذه المشاكل جميعا أن نبدأ بعلاج مشكلة الطلاق ، بعد أن أساء عامة الناس ادراك الغرض الذى هدف اليه الشرع الحنيف حين أحل الطلاق •••

فالشرع الحنيف لا يقر طلاق الزوجة من زوجها ، لانها لم تنجب له ولدا !•••

والشرع الحنيف لا يقر طلاق الزوجة من زوجها ، لانه عاد من عمله ، فلم يجد طعامه مهيئا !•••

والشرع الحنيف لا يقر طلاق الزوجة من زوجها ، لان أخاها أساء اليه بقول ، أو عمل !••

والشرع الحنيف لا يقر طلاق الزوجة من زوجها لاتفه الاسباب التى يتخذها كثير من الازواج ذريعة لفصم عرى الزوجية ، فتنهار صروح البيت ، وينتشت شمل الابناء !

ومن واجبنا اليوم ، فى عهد النهضة والاصلاح ، أن نضع القوانين التى تحول دون هذه الكوارث الاجتماعية •• صيانة للاسرة •• وحماية للمجتمع !!

عيسى متولى

مطبعة شركة الاعلانات الشرقية



بسينما
ميامي وفيمينا
بالقاهرة

حاليًا

وسينما
ركس والحمرا
بالاسكندرية

احجزوا تذاكركم من اليوم لجميع الحفلات - شباك التذاكر مفتوح طول النهار